HENRIQUES

sartatecta.vt.ff.de vsufr.l.vsufructu legato.§.hactenus.C.e.tit.l.eũ ad quẽ

2 ¶ †Ecclesie faciẽde sunt per cõgrua loca.vt de consꝰ.di.j.ecclesias. Si vero superflue inueniant vel destruere.p uidentia epi modus inueniat qualiter consistere possint.vt de conse.di.j.c.ij.vt reperient.vt dictuz est vel vt destruantur.vt de conse.di.j. ecclesie vel altaria .vel si per se subsistere nõ põt alijs ecclesijs vniant.vt.x.q.iij. vnio circa fi.ꝛ vt notaui.s.de reli.do.§.tribus.ꝛ.§.vlti.ꝛ.fm hoc intelligo lex.di.sctõꝝ in fi. Si aũt faciẽde sunt noue ecclesie vt per eas veteribꝰ preiudiciũ non fiat.vt.xvj.q.j.ecclesie.ꝛ c.quicunqꝫ.Itez plures baptismales ecclesie in vna terminatione fieri nõ põt.vt.xvj.q.j.plures.posset tñ epsꝰ ex cã de vna terminatione facere duas nam ꝛ diuidere potest vnam in duas ꝛ duas vnire ad vnã.vt.j.de excessi. prela.sicut vnire.sicut ꝛ puincia vna diuiditur in duas.vt.ff.de officio accesso.l.si eadem.x.di.imperiali. sic et vna prebenda diuiditur in duas .vt s.de preben.vacante.nam ꝛ auferre potest vni ecclesie ꝛ dare alteri.vt.j. eo.tit.c.ad audientiam.xij.q.ij. bone rei.s.de donat.apostolice.s. de his q̃ fiunt a prela.sine consensu ca.pastoralis.non;tñ hoc lꝫ passim ꝛ sine cã.ꝛ sic intelligo.s.de rebus ecc.nõ alienan.

3 c.j.†Tres autem sunt cause propter quas noue ecclesie põt cõstrui.Quis in preiudicium antiquarũ. Temporis qualitas.vt.vij.q.j.temporis.In crementum populi.vt.xvj.q.j.felix.ꝛ c.multis.ꝛ.c.precipimus.Ecclesie distantiã vel difficultas accessus.vt.j. eo.titu.ad audientiam. Sine preiudicio alterius ecclesie.licet episcopo pro sua sepultura ecclesiam construere.vt.xij.q.ij.bone rei.s.de donatio. apostolice.Et quilibet priuatus masculus vel femina.potest sibi cõstruere ecclesiam siue oratorium. vt de cõse.di.j.vnicuiqꝫ clericos ꝛ.c.si quis ẽt xviij.q.ij.quidam.xij.q.ij.religiosam.

4 ¶ †In construenda debet interuenire auctoritas episcopi.qui primarium lapidez ponere debet.dote tñ ab edificatore prius assignata vt notaui.s.de consec.eccle.§.item notandum. ¶ Et no.q᷑ postq᷑ quis incepit edificare compellitur cõsummare.vt not.s.de conse.ecc.§.item quid si q̃s incepit edificare.† ¶ In summa notabis longe aliud est facere q̃ reficere.vt.ff.de itinere actuqꝫ priuato.l.j. 5 s.si quis edificiũ. Reficere enim est ad pristinam formam reducere.vt in prealle.l.iij.de itinere actuqꝫ priuato Nouum autem opus fit cum rei facies immutatur.vt.ff.de no.ope.nũ. l.j.§.opus nouum.vñ si domũ vel ecclesiam diruas etiam ea mente vt de eisdaz cementis ꝛ lapidibus eam reedifices non est eadem domus vel ecclesia si vsqꝫ ad fundamentum fuerit dirupta secus tamen est in naue. Nam si nauis reficiende causa oẽs tabule refixe sint nondũ intercidisse nauis videtur et compositis rursus eadem nauis esse incepit.vt.ff.de verborum obligationibus.l.inter stipulantem.§.sacram.ꝛ.§.et nauis vnde si tota ecclesia deijciatur vsqꝫ ad fundamentum.vt dictum est in reedificando auctoritas episcopi necessaria est.vt decima sexta questione vltima si quis vult. ¶ Sed secus in reficiendo.vt.j.de iudeis.consuluit ꝛ.c.iudei C.de operibus publicis.l.vltima. Alias tamen lex dicit qui prhibet reficere prohibet edificare.vt.ff.de mor.inferen.l.j.§.edificator

¶ De immunitate ecclesiarum. Rubrica.



Ictum est su
pra de ecclesijs edificā
dis que q̄dez domus
dei sunt. ꝛ onerib⁹ pri
mi nō dn̄t q̄bus dom⁹
priuate premunt̄ ꝛ ꝓpterea de imu.
ec. vel cy. ꝛ rer ad eas ꝑtinentiū dis=
serēdum est. Unde ponit̄ hic rubr. de
imuni. ec. vel cy. ꝛ rer ad eas ꝑtinen
tium. ¶ Uideamus igit̄ q̄d sit imu=
nitas quā imunitatem habeat eccle
sia: res ꝛ hoīes eius quā cymiterium
ꝛ quā māsus. ¶ Et que sit pena vio=
lātium cymiteriū ꝛ imunitatem. Im
munitas ē libertas que competit ec=
clesiasticis ꝑsonis ꝛ reb⁹ ad eas spe=
ctantibus†. ¶ Dicitur aūt imunitas
quasi extra munia. i. extra munera.
non em̄ ecclesia subit sordida mune=
ra vt calcis coquēde arene fodiende.
sed ab his tam ecclesie q̄ ipsaꝝ p̄dia
ꝛ mancipia siue rustici ipsaꝝ exēpta
sunt. vt. xvj. q. j. §. nouaꝝ. Clerici vro=
res ꝛ filij clericoꝝ similiter ab hmōi
liberi ꝛ exempti sunt. vt. C. de epis. et
cle. l. ij. Eoꝝūq; coloni. vt. lxxxix. disti.
iudicatum. ¶ Itē extraordinaria mu
nera que subito imponunt̄ simil'r ec=
clesia non agnoscit. ꝛ si sint onera rea
lia seu p̄dialia vt sunt supindicta. vt
xvj. q. placet. ꝛ. C. de epi. ꝛ cle. l. placꝫ.
ꝛ. C. de supindictis. l. vna. li. x. Ab his
extraordinarijs muneribus excipit̄.
nisi forte ep̄s ꝛ clerus tantam neces=
sitatē aut vtilitatē insperexint vt abs
q; vlla coactione ad relenādas cōes
vtilitates vbi laycoꝝ nō suppetūt fa
cultates subsidia ꝑ ecclesias estimēt
conferenda. vt. j. eo. titu. c. non min⁹.
prius tamen romano pontifice con=
sulto. vt. j. eo. tit. aduersus. ꝛ hoc pos=
sumus appellare canonicam illatio=
nem quam aduēticie necessitatis sar
cina repentina poposcerit vt dicit lex
illa placet. ¶ Onera autem que im
posita erant rebus anteq̄ res ad ec=
clesiam ꝑuenissent subit ecclesia. vt
tributum canonem siue censum. ꝛ sic
intelligo. xj. q. j. c. tributum. ꝛ. ca. ma=
gnum. ꝛ. xxiij. q. ō. viij. si tributum. hec
onera ordinaria sunt ꝛ predialia. et
vocantur indicta. vt. C. de indictis. l.
j. lib. x. Uerūtamē si cessetur in solu=
tione canonis vel tributi. res nō trās
fertur in eum cui tributum vel canon
debetur ꝛ hoc est q̄ō lex preallegata
placet. dicit nulla translationis sol=
licitudo signetur. Nec obstat lex. C. ō
exac. tribu. l. si diuina. quia aut lex il=
la non tenet ꝫm canones aut exponi
debet diuina domus. idest imperia=
lis. Secus est in ecclesiastica vt dictū
est. † ¶ Onera ꝑsonalia nō subit ec=
clesia. vt. C. de epis. ꝛ cle. omnes q̄ vbi
cunq;. Sed hoc fallit in casu. nullus
em̄ a muroꝝ vigilijs excusatur. vt. j.
eo. tit. peruenit. nisi sit senex. vt. C. de
decu. l. vl. lib. x. expedit em̄ rei publi=
ce plures habere defensores vt. ff. de
no. ope. nun. l. nam rei publice. ꝛ q̄li=
bet debet defendere patriam. vt. xx=
iij. q. viij. omni tempore. Pro cui⁹ de=
fensione pater occidens filium excu=
satur. vt. ff. de relig. ꝛ sump. fu. l. mi=
nime. ¶ In ecclesia placita secularia
audiri nō debēt. vt. j. eo. ti. c. j. ꝛ maxi
me iudicia sanguinis. vt. j. eo. ti. cum
ecclesie. ¶ Itē nec seculares homies
debēt in domibus ecclesiarum hospi
tia ꝑ iure ꝛ debito vendicare. vt. j. eo.
ti. c. j. ꝛ simile. xlij. dist. quiescam⁹. Ce=
terum si charitatiue petatur nulli ne
gari dꝫ. vt in. c. q̄escamus. xlij. dis. §. j.
s̄. de preben. de monachis. s̄. de sup.
neg. pre. sicut. lxxv. disti. archidyaco
num†. ¶ Itē imunitatē hꝫ ecclesia ꝛ
cymiterium vsq; ab. xl. passus si ma=
ior fuerit ecclesia. vel. xxx. si minor. vt
xvij. q. iiij. sicut. vt fugiētes ad eaꝫ ob
maleficia violēter nō extrahant. vt. j.
eo. c. inter. et. c. imunitatem. Sed pre

ANCORA MEDICINAL,

PARA CONSERVAR A VIDA COM SAUDE,

Escritta pelo Doutor

FRANCISCO DA FONSECA HENRIQUES,
natural de Mirandella,
MEDICO DO AUGUSTISSIMO
REY DE PORTUGAL
D. JOAÕ V.

SEGUNDA IMPRESSAM
correcta, e augmentada pelo seu Author.

DEDICADA AO

EXCELLENTISSIMO SENHOR

MARQUEZ DE CASCAES,
CONDE DE MONSANTO.



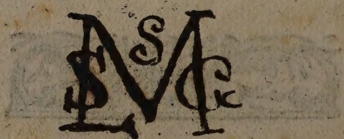
LISBOA ORIENTAL,
NA OFFICINA AUGUSTINIANA.

Anno M. D. CC. XXXI.

Com todas as licenças necessarias, e Privilegio Real.

Impresso à custa de Pedro de Arvellos Spinola Cirurgiaõ, em cuja casa defronte da portaria de Santa Anna se vende.


WELLCOME
HISTORICAL
MEDICAL
LIBRARY





AO EXCELLENTISSIMO

SENHOR


DOM MANOEL Joſeph de Caſtro, Noronha, Ataide, e Souſa, nono Conde de Monſanto, terceiro Marquez de Caſcaes, Fronteiro Môr, Couteiro Môr, Coudel Môr, Alcaide Môr das Cidades de Lisboa, e das Villas, de que ſe compoem o ſeu eſtado, com Juriſdiçaõ ordinaria, e de juro herdade; Senhor das Vil-

las de Cafcaes, Monfanto, Lourinhã, Ançam, S. Lourenço do Bairro, Caftello-Mendo, Villa de Bucicos; e dos Reguengos, de Oeiras, de Trancofo, Povoa de El-Rey, Bouça-Cova, e Villa Franca; Senhor, e Adminiftrador dos Morgados de Boquilobo, da Fóz, e de S. Mattheus; Senhor dos dois Terços das rendas Ecclefiafticas da Igreja de Penalva, e Padroeiro perpetuo da mefma Igreja de S. Pedro do Caftello de Penalva, e das mais Parroquias de S. Lourenço do Bairro; de S. Salvador e de S. Miguel da Villa de Monfanto, de Santa Maria Magdalena de Medelím, de S. Juliaõ de Portunhos, da Villa de Ançam; Padroeiro outro fim dos Conventos das Religiofas de N. Senhora da Conceiçaõ de Subferra, dos Capuchos de Santo Antonio, do Hofpital da Caftanheira,

nheira, dos Capuchos de Santo Antonio de Caſcaes, e das Cappelas móres de Penha Longa, da Ordem de S. Hieronymo, e de S. Franciſco da Cidade; das Cappelas do Couto de S. Mattheus da Fóz, de Aramenha, e de Boquilobo; Comendador das Comendas de Santa Maria de Pereiro, de Santa Maria de Villa de Rey, de Santa Maria de Segura, e de S. Martinho de Bornes, da Ordem de Chriſto; Senhor, e Capitaõ General das Capitanias de Itamaraçã, Taparica, Tamarandiva, e terras do Rio vermelho no Eſtado do Braſil; Governador, e Capitaõ General que foi do Reyno do Algarve; Governador da Fortaleza de S. Vicente de Belem, e do Concelho de Guerra de ElRey noſſo Senhor.

EXCELLENTISSIMO SENHOR.

ESTE Livro, ainda que parto do meu engenho, naſceo filho, e correo afilhado de V. E. porque a inſinuaçoens ſuas foi eſcritto, e a expenſas de ſeu erario, de baixo do ſeu Preclariſſimo nome ſe deo a luz publica, em aſtro taõ feliz, que brevemente ſe gaſtaraõ quantos exemplares ſe imprimiraõ, ſem que ficaſſe nauſeada a inſaciavel curioſidade, com que ſe procuraõ. Agora que torna a eſtamparſe accreſcentado na doutrina, em que ſó podia creſcer, he juſto, que naõ vâ deminuto na protecçaõ, em que certamente ſe naõ podia augmentar. Nem eu lhe buſcaria outro Patrono, em quanto a tyrannia dos muitos achaques, que taõ cruelmente me combatem, me naõ deſtruiſſem a fortaleza do cerebro, e menaõ arruinaſſem o domicilio da razaõ, que ſó iſto me faria eſquecer, de que entre os Familiares de V. E. he o ſeu mais obrigado, mais favorecido, e poriſto deve ſer o ſeu.

Mais affectivo Criado

Franciſco da Fonſeca Henriques.

AO



AO LEITOR.



OI tal a acceitaçaõ que o commum fez deſte Livro, que em quatro annos ſe gaſtou aſua primeira impreſſaõ, ſem que ceſſaſſem nos curioſos o implacavel deſejo com que he procurado; por cujas cauſas o tornamos a eſtampar agora; e vai córrecto dos erros do prelo, e da doutrina, e augmentado com varios additamentos, que pelas diviſas marginaes ſe diſtinguem, como veràõ os que lerem, tendo entendido, que todos os que acharem eſtampados de outro modo, ſaõ defectuoſos, e tirados pelos da primeira impreſſaõ; o que dizemos, porque nos conſtou, que havia neſta Cidade impreſſor taõ ambicioſo, que o eſtava imprimindo occultamente,ſem permiſſaõ noſſa, nem licença dos Tribunaes. He eſta a ſettima obra, que temos poſto em publico. Na lingua latina huma *Pleuricologia*, e as noſſas obſervaçoens, com o titulo de *Apiari-*

um Medico-Chymicum, Chyrurgicum, & Pharmaceuticum. Na lingua portugeza a *Medicina Lusitana* ou *soccorro Delphico*; o *Tratado do uso do azouge nos casos em que he probibido.* As Illustraçoens à Pratica do Morbo Gallico de Duarte Madeira, que se imprimio com o Titulo de *Madeira illustrado*; o *Aquilegio das aguas medicinaes de Portugal, e do Algarve*; e esta, que ainda que obra pequena no vulume, cuidamos nós que excede as outras no assumpto, e na materia; porque aquellas foraõ escrittas para os doentes: esta esrevemola para os sãos. Aquellas foraõ para curar achaques, e enfermidades: esta he para naõ achacar, nem adoecer; e naõ ha duvida, que he muito melhor naõ padecer, do que curar, assim como he melhor naõ furtar, do que restituir

Trata este livro das seis cousas naõ naturaes, com cujo recto uso, e boa administraçaõ, se conserva a saude; e por isto lhe damos o titulo de *Ancora Medicinal*: porque assim como as embarcaçoens que navegaõ os mares, com as ancoras se seguraõ nas procellosas furias de Neptuno: assim o baixel da vida humana, que muitas vezes fluctua na tempestade dos males, com este livro se pòde preservar delles, observando a

sua

ſua doutrina no tempo da ſaude, para naõ vir a experimentar as tormentas, e aſſaltos das enfermidades.

Inclue eſte livro hum Tratado de alimentos, couſa muito neceſſaria para os que naõ ſaõ Medicos: porque he razaõ, que ſaiba cada qual de que alimentos uſa, ſem mendigar de noticias alheas (que as vezes naõ ſaõ mui certas) o conhecimento de ſuas qualidades, quando o pòde alcançar com certeza, ſem mais diligencia, que a de abrir eſte livro, onde com diſtinçaõ, clareza, e brevidade, o acharà facilmente.

Trouxemos muito tempo delineada na idea eſta obra, ſem que nos reſolveſſemos a eſcrevella; porque a viſta cançada já de ſemelhantes empregos, e o exercicio Pratico, què leva todo o tempo, ſerviraõ de rèmora aos noſſos diſignios, atè que houve hum poderoſo impulſo, que nos fez romper por todos os obſtaculos, para pormos logo em effeito o que trazia-mos no penſamento; o que nos cauſou grande goſto quando vimos que fora eſte livro tambem acceito, como os maes, que haviamos eſcritto; de cujo applauſo nos certifica o bom goſto delles; e iſto, ſe houvera ſaude, nos incitaria para proſeguir na meſma empreza, ainda que foſſe

roubando o tempo ao descanço proprio, ou descançando com ler, e escrever, do trabalho de curar; o que fazia-mos com taõ pouca violencia, que podera-mos dizer o que

8. Epist. 19. Plinio: *Est gaudium mihi, & solatium in literis; nihilque tam lætum, quòd his lætius; nihil tam triste, quòd non per has sit minus triste.*

5. trist6 Ou com o Sulmonense:

Detineo studiis animum, fallorque dolores,
Experior curis, & dare verba meis.

E ainda agora, se nos durar a vida sem lesaõ do entendimento, por ventura, que sem embargo de tantos achaques, demos ao prelo mais alguma obra; queira Deos que todas cedaõ em louvor seu.

IN-

INDICE

DAS SESSOENS, E CAPITULOS deste Livro.

SESSAÕ I.

Do Ar Ambiente. Pag. 1.

SESSAÕ II.

Dos Alimentos em commum, pag. 10.

CAP.IV.

SESSAÕ III.

Dos Alimentos em particular, pag. 50.

CAP.

SESSAÕ IV.

Da Agua, do Vinho, e de outras bebidas alimentaes, e medicamentosas, que no presente seculo se frequentaõ, p. 273.

CAP.

SESSAÕ V.

Do Sonno, e Vigilia; do Movimento, e Descanço; dos Excretos, e Retentos; e das Paixoens da Alma, pag. 326.

LICENÇAS
DO SANTO OFFICIO.

VIsta a informaçaõ, pódem-se imprimir os additamentos incorporados no livro de que se tratta (menos o que vai riscado); e depois de impressos tornaráõ para se conferir, e dar licença que corraõ sem a qual naõ correraõ. Lisboa Occidental 12. de Janeiro de 1731.

Fr. R. de Alancastre. Cunha. Teixeira. Sylva. Cabedo. Soares.

DO ORDINARIO.

POdemse imprimir os additamentos de que se tratta, e depois de impressos tornaraõ para se conferir, e dar licença para que corra, o que se entenderà sómen-

te

te a respeito do que naõ vai riscado. Lisboa Occidental 18. de Janeiro de 1731.

Cachim de Moura.

DO PAÇO.

SENHOR.

Estes additamentos que fez à sua Ancora Medicinal o Doutor Francisco da Fonseca Henriques sobre que Vossa Magestade ordena interponha o meu parecer, bem mostraõ huma gloriosa producçaõ do seu felicissimo cuidado, e do seu incançavel estudo; saõ filhos do mesmo Author, o que só basta para conseguir respeito, e merecerem approvaçaõ.

Varias vezes tem sahido a publico no presente seculo este famigerado escrittor Trasmontano, e Mirandelense com uteis obras em multiplicados corpos, com que fez gemer a prensa, e admirar as gentes; podera ser maior o beneficio, se fizesse estampar tudo o que tem escritto, e naõ deixasse amortalhado no esquecimento taõ injustamente, o que

que tendo fabricado por nativa inclinaçaõ de genio, o publicasse para a proveitosa commodidade dos necessitados.

Ainda nos destragos de huma terrivel queixa mal convalescida, que o poz no ultimo perigo se occupou na factura deste accrescentamento com que acredita a literatura, e augmenta a opiniaõ; só elle podera fazer mais dilatada a larga esfera da sua inexhaurivel sciencia: deixa mais segura a vida, quanto mais vigora a Ancora: ás regioens mais remotas chega o vivo, e prodigióso espirito da sua doutissima especulaçaõ, parece ser inseparavel o seu nome do seu triunfo.

Escreve as perfeitissimas, e diversas qualidades de algumas saborosas fruttas, deliciosos peixes, gostosas aves, e admiraveis brutos dos muitos, com que aquella grande, e delicada parte do Mundo hospeda, e regala aos naturaes, e aos estrangeiros; felicidade que tambem logramos no tempo que alli assistimos: muito vem os sabios de Lisboa á America, e da terra ao Ceo; naõ só dominaõ sobre as Estrellas, tambem imperaõ sobre as distancias.

A obra he toda cheia de admiraçoens, e de saudades por douta, e por ser a ultima

que anima o ſeu admiravel Author em obſequio da noſſa Patria; e ſerà mui juſto, que Voſſa Mageſtade ſe digne mandar anticiparlhe a mercè que pede, para que poſſa ainda lograr aquelles publicos applauſos, de que ſe fazem acrèdores os ſeus inimitaveis acertos. Eſte he o meu parecer. Voſſa Mageſtade mandará o que for ſervido. Lisboa Occidental 21. de Janeiro de 1731.

Joſeph Rodrigues de Avreu.

QUe ſe poſſa imprimir viſtas às licenças do Santo Officio, e Ordinario, e depois de impreſſo tornará à Meſa para ſe conferir, e taxar que ſem iſſo naõ correrà. Lisboa Occidental 26. de Janeiro de 1731.

Pereira. Teixeira. Bonicho. Rego.

Eſtá

LICENÇAS

EStâ conforme com o Original Convento de São Domingos de Lisboa Occidental 30. de Agosto de 1731.

Fr. Bernardo do Desterro.

VIsto estar conforme com o original pòde correr. Lisboa Occidental 31. de Agosto de 1731.

Fr. Lancastre. Cunha. Teixeira. Cabedo. Soares.

VIsto estar conforme com o seu Original póde correr. Lisboa Oriental 8. de Outubro de 1731.

Cachim de Moura.

TAxaõ este livro em papel em quatro centos e sincoenta reis. Lisboa Occidental 17. de Outubro de 1731.

Pereira. Teixeira. Rego.

PRIVILEGIO.

DOm Joaõ por graça de Deos Rey de Portugal, e dos Algarves, daquem, e dalem mar em Africa, Senhor de Guinè, &c. Faço ſaber que Pedro de Arvellos Spinola, Cirurgiaõ approvado, morador em Lisboa Occidental, me repreſentou por ſua petiçaõ que elle fazia imprimindo á ſua cuſta na impreſſaõ do Moſteiro da Graça de Lisboa Oriental o livro intitulado *Ancora Medicinal* com ſeus accreſcentamentos, que tudo compoſera o Doutor Franciſco da Fonſeca Henriques, o qual por aſſiſtencias, que experimentàra delle ſupplicante na occaſiaõ que ſe achára gravemente enfermo, e com perigo de vida, em remuneraçaõ dellas, e pela boa amizade, com que o tratava, lhe dera o ditto

to livro, e accreſcentamento para com effeito o fazer imprimir, e ceder no ſupplicante a graça que de mim impetrava para poder elle ſómente imprimir o ditto livro com ſeus accreſcentamentos por tempo de dez annos, com cujos motivos o ſupplicante trattara, e ajuſtara a ditta impreſſaõ para a qual tinha feito as deſpezas atè o tempo preſente, neceſſàrias. E porque era fallecido o ditto Franciſco da Fonſeca Henriques, para a qual ſe me tinha conſultado, para lhe conceder a ditta graça, de que nos termos preſentes ſe fazia digno elle ſupplicante, me pedia lhe fizeſſe mercè conceder privilegio por tempo de dez annos, para que ſó elle podeſſe imprimir o ditto livro com ſeus accreſcentamentos, e naõ outra alguma peſſoa. E viſto o que allegou, reſpoſta do Pro-

Procurador de minha coroa a que ſe deo viſta, e naõ teve duvida, e deſiſtencia, que fizeraõ as filhas que ficaraõ do ditto Franciſco da Fonſeca Henriques. Hey por bem fazer mercè ao ſupplicante de lhe conceder o privilegio de que faz mençaõ por tempo de dez annos, para que durante elles nenhum impreſſor, livreiro, nem outra qualquer peſſoa poſſa imprimir, vender, nem mandar vir de fòra do Reino o livro referido com ſeus accreſcentamentos ſem licença do ſupplicante ſobpena de perder todos os volumes, q̃ lhe forem achados para o meſmo ſupplicante, e de pagar ſincoenta cruzados, metade para o accuſador, e outra para minha camera real. E eſta proviſaõ ſe cumprirà, como nella ſe contèm, que valerà, poſto que ſeu effeito haja de durar mais de hum anno, ſem

em-

embargo da Ord. l. 2. t. 40. em contrario. E pagou de novos direitos quinhentos, e quarenta reis, que se carregaraõ ao Thesoureiro delles a folhas cento e sincoenta e seis do livro desasette de sua receita, e se registou o conhecimento em fórma no l. 15. do Regimento geral a fol. 160. ElRey nosso senhor o mãdou por seu especial mandado pelos DD. Gregorio Pereira Fidalgo da Sylveira, e Antonio Teixeira Alvares, ambos do seu conselho, e seus Desembargadores do Paço. Joseph da Maia, e Faria a fez em Lisboa Occidental a 7. de Settembro de 1731.

Antonio de Castro Guimarães a fez escrever.

Gregorio Pereira Fidalgo da Sylveira.

Antonio Teixeira Alvares.

AN-



ANCORA MEDICINAL

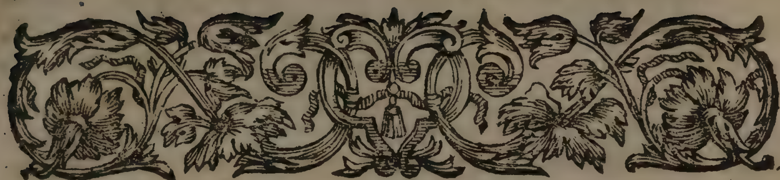
PARA CONSERVAR a vida com ſaude.

ANTELOQUIO.



Conſervaçaõ da ſaude conſiſte na recta obſervancia das ſeis couſas naõ naturaes, que ſaõ, o Ar ambiente; o Comer, e o Beber; o Sono, e a Vigilia; o Movimento, e o Deſcanço; os Excretos, e os Retentos; e as Paixoẽs da alma; porque quem reſpirar bons ares; quem com moderaçaõ, e prudencia uſar de bons alimentos: quem dormir com ſocego as horas qne baſtem: quem fizer exercicio, como deve: quem trouxer a natureza bem regulada nas ſuas evacuaçoens: e quem naõ tiver paixoens, que lhe alterem a armonia dos humores: naõ pòde deixar de ter boa ſaude, ou ao menos naõ terà tantas

occasiões de a perder, como os que se haõ no uso destas cousas sem reparo. A Escola de Salerno querendo dar documentos para conservar a saude, todos fundou sobre o bom uso, e administraçaõ destas seis cousas de que entramos a escrever. Comecemos pela primeira.



SESSAÕ I.

DO AR AMBIENTE.

CAPITULO I.

Que seja Ar, e que poderes tenha no corpo humano?

1 AR, que os Philosophos antigos tiveraõ por hum dos quatro Elementos, que assignàraõ por principio de todas as cousas, do que agora naõ disputamos, he hum corpo ténue, leve, raro, e diafano, que occupa todo o espaço, que ha entre a Terra, e o Fogo; e o que fica na parte inferior, he o que chamamos ambiente, porque nos cérca, e rodea; o qual perde a pureza elemental, pelas impuridades, que da Terra, e da Agua se lhe communicaõ. He quente, e humido, ainda que alguns Philosophos entendèraõ, que o Ar naõ tinha qualidades proprias, e que recebia aquellas, que se lhe communicavaõ. He taõ tènue, que he invisivel. Taõ raro, que facilmente o penetraõ as aves com os seus voos, e com suas agitaçoes todos os viventes. Taõ diafano, que naõ serve de

de obſtaculo aos olhos para os empregos da viſta, em quanto os vapores, e exhalações o naõ condenſaõ, ou o pò, e o fumo o naõ encraſſaõ. He taõ preciſo para duraçaõ da vida, que nem hum inſtante ſe póde conſervar ſem elle: E nos dannos, e utilidades da ſaude póde tanto, que humas vezes com ſuas boas qualidades a conſerva, e outras com ſuas impuridades a arruina. Elle tem o primeiro lugar na ſymmetria, e governo do corpo humano; donde veio a dizer Hipocrates, 1. que o Ar era a principal cauſa de quantas couſas nelle aconteciaõ: *Aer* (ſaõ as ſuas palavras) *maximus eſt in omnibus, quæ corpori accidunt, & auctor, & dominus.*

(1) Lib. de flatibus.

2 Porque o Ar entrando no corpo, ou pela inſpiraçaõ com que ſe attrahe, ou pelos póros, e eſpiraculos da contextura cutanea, por onde ſe introduz, chega facilmente com os eſpiritos a todas as ſuas partes; e ſendo puro, e de boas qualidades, ainda que ſem a pureza elemental, conduz muito para boa alimonia do individuo; porque ajuda a circulaçaõ do ſangue: aſſim porque o attenua, e arrara nos vaſos do bofe, e do coraçaõ, onde ſe deflagra, e accende: como porque illuſtra, e vigora os eſpiritos; conforta, e alenta os nervos; refrigera, e modifica o calor do coraçaõ; recrea, e tempera as entranhas excandecidas; e ultimamente conſerva, e augmenta o calor natural, de que reſulta huma grande promptidaõ, e agilidade no corpo, para todas as ſuas acções, em qualquer temperamento, e regiaõ que ſeja. E pelo contrario, ſendo o Ar impuro, caliginoſo, humido com exceſſo, craſſo, e nebuloſo, he cauſa de graviſſimos incommodos: porque encraſſa o ſangue; entorpece os eſpiritos; enfraquece os nervos; laxa as fibras, perturbando-lhe o ſeu movimento ſyſtaltico; retarda a circulaçaõ do ſangue, e da lympha; de que ſe ſeguem

guem laſſidões univerſaes, gravaçaõ da cabeça, catarros, deſluxões, eſtupores, parlezias, apoplexias, e outros exiciaes, immidicaveis dannos.

3 Iſto naõ devia deignorar Columella, 1. quando no livro que eſcreveo *de Re ruſtica*, diſſe: que quem houveſſe de comprar, ou fazer huma quinta, atteudeſſe mais à ſalubridade dos Ares, ao temperamento do clima, do que à feracidade dos campos, e à producçaõ das terras; julgando por inſania conſtruir palacios, e fabricar edificios em ſitio, que pela pravidade dos Ares, ou acabe a vida antes de colher os frutos, e rendimentos da fazenda, ou deſtrua a ſaude, para a naõ lograr com goſto.

(1) Lib. 1, c. 3.

4 Naõ ſó na vida, e na ſaude tem grande dominio o Ar, mas nas inclinações, nos coſtumes, no engenho, nas cores, e nas differentes figuras do corpo: *Formæ, & mores hominum* (diſſe Hipocatres 2.) *magna ex parte naturam regionis ſequuntur*. O meſmo entendeo Plataõ, 3. quando diſſe, que a natureza dos Ares, tinha grande força para ſerem bem, ou mal morigerados os homens: *Veriſſimile eſt aeris clementiam, aut inclementiam ad mores immutandos vires habere maximas*. E expreſſamente affirmou Galeno, 4 que os homens que viviaõ em terras, cujo Ar era temperado, excediaõ aos de outras regiões na eſtatura do corpo, na probidade dos coſtumes, na agudeza do entendimento, e na virtude da prudencia: *Homines* (diz elle) *temperatam regionem habitantes, & corporibus, & animi moribus, & intelligentia, & prudentia longe excedere*. O que com elegancia proferio tambem Cicero, 5, dizendo, que tinhaõ entendimento mais agudo os que viviaõ em Ar puro, e tenue, que os que moravaõ em Ar craſſo, e impuro: *Acutiora ſunt ingenia* (diz Cicero) & *ad intelligendum aptiora eorum, qui terras incolunt eas, in*

(2) Lib. de Aer. lo. cis, & aq

(3) 5. De legibus.

(4) Lib. quód animi mores, &

(5) 2. De nat. D. or.

in quibus Aer ſit purus, quam illorum, qui utantur craſſo cælo, atque concreto; quinetiam cibo, quo utaris, intereſt aliquid ad mentis aciem. E aſſim ſe attribuio a agudeza, e engenho dos Athenienſes, à pureza, e ſecura dos ſeus Ares. A eſtupidez, e pouco entendimento dos de Boecia, á groſſura, e impuridade do ſeu clima. A proceridade na eſtatura dos moradores junto de Phaſis, rio de Colchos, á muita humildade daquelle ſitio. A boa inclinaçaõ dos de Aſia, ao bom temperamento dos Ares que reſpiraõ. A ſoberba dos de Campania, à ſalubridade do ſeu paíz. E a cor negra dos Ethiopes, e a criſpatura dos ſeus cabelos, ao exceſſivo calor, e ſecura daquelles Ares,

CAPITULO II.

Da eleiçaõ do Ar.

1 VIſto pois, que o Ar póde tanto nos homens, reſta ſaber quaes ſaõ os bons Ares, para os eleger; quaes os máos, para os reprovar. O bom Ar he aquelle, que ſendo temperado nas primeiras qualidades, he puro, aprico, claro, tenue, patente, ſerèno, e algumas vezes levemente batido de ventos brandos, que movendo-o com ſuavidade, o conſervem ſem corrupçaõ, livre de uligens, e vapores, que o contaminem, e de miaſmas, e inquinamentos, que o depravem. Mas poucas vezes ſe achará hum Ar com eſta pureza, e bondade: ou porque o altèraõ os ventos com as ſuas furias; ou o Sol, a Lua, e os Aſtros com os ſeus raios; ou a Terra, e a Agua com os ſeus vapores, e caligens, tirando-lhe a pureza, e ſoſſego com que ſe devia reſpirar, e dando-lhe qualidades nocentes para nos offender.

2 Os ventos ſendo moderados, e brandos, naõ

ha duvida, que servem muito para que o Ar se naõ corrompa com as impuridades, que se lhe communicaõ, de que nascem graves, e pestilentes enfermidades, como experimentaõ muitas vezes as regioens estagnantes paludanas, e baixas, menos combatidas, ou lavadas dos ventos. Porém esses mesmos ventos, ou pela furia, e impeto com que sópraõ, ou pelas adversas qualidades de que saõ dotados, alteraõ, e viciaõ os Ares. E sendo grande o numero dos ventos, de que contaõ doze os Peripateticos; outros desaseis, e os Nauticos trinta e dous, os que principalmente causaõ estas alteraçoens no Ar, saõ quatro: O Septentrional, a que chamaõ Boreas, ou Aquilaõ, que he frio, e secco. O Meridional, a que chamaõ Austro, ou Noto, que he quente, e humido. O Oriental, a que chamaõ Euro, ou Subsolano, que he quente, e secco. O Occidental, a que chamaõ Zefyro, ou Favonio, que he frio, e humido. Quando algum destes ventos excede nas suas qualidades, altera o Ar insignemente com ellas; e causa na saude graves dannos; que em tudo foy sempre prejudicial o excessivo; por isso Marcial queria antes o meio, e moderaçaõ das cousas, do que os extremos dellas. 1.

Illud, quod medium est, atque inter utrumque probatum. (1) Lib. 1.
Nec volo quod cruciat, nec volo quod satiat. epigram 48.

3 Se o Ar he muy quente, excandece as entranhas, colliqua os humores; arrara, e dissolve a massa sanguinaria, de que se seguem innumeraveis males, enerva o calor natural do estamago, debilita o seu cosimento, ou a chylificaçaõ, e brevemente conclue a vida. Por isto entendeo Aristoteles, que os moradores de Libia, e de Ethiopia viviaõ poucos annos, porque o ardentissimo calor do Sol, dissipando-lhe o seu natural calor, lhe accelerava a morte. O Ar

muito frio refrigera muito os corpos; constipa a textura da pelle; impede a transpiraçaõ insensivel, excita catarros, promove tosses, e fluxos de ourina, refrigera o cerebro; offende os nervos, e causa grande multidaõ de males. O Ar muito humido amolece o corpo, enfraquece os nervos, e fibras, hebeta os ouvidos, lubrica o ventre com excesso, grava a cabeça entorpece os sentidos, e finalmente faz languida, molle, e pezada toda a maquina do corpo, donde veio o chamar Horacio vento de chumbo ao vento Noto, pela muita humidade que tem, e com que causa os referidos dannos. O Ar muito secco extenua, e desseca todo o habito do corpo, causa sedes, e convulsoens, tosses seccas, vigilias, e outros mais incommodos.

4 Ha logo de elegerse hum Ar, que seja temperado no calor, e no frio, na humidade, e na seccura, que seja sereno, e levemente movido de ventos brandos, que seja aprico, e livre, que este, como temos dito, he o bom Ar. Assim como he máo Ar o que for excessivo em alguma das qualidades primeiras, e furiosamente agitado de grandes ventos, e o que for humido, e uliginoso, e pouco batido dos ventos, cheo de vapores crassos, e de tetras exhalaçoens de lugares cenosos, palustres, e immundos; e de outras impuridades, que o corrompaõ, de que se originaõ febres podres, e pestilentes, e outros maes dannos. Este Ar se acha nos lugares baixos, e humidos, e he o Ar qne deve reprovarse.

5 Isto he no que toca à bondade do Ar, que em commum deve elegerse, que no particular tem differentes consideraçoens, segundo a diversidade dos temperamentos, e naturezas. Para as pessoas exquisitamente bem temperadas nas primeiras qualidades, he bom Ar aquelle que for em todas ellas bem temperado.

do. Para os que forem intemperados, he bom Ar aquelle, que se contrariar á sua intemperança. E assim para naturezas quentes, he conveniente o Ar frio. Para temperamentos frios, he util o Ar quente. Para os seccos, o humido, e para os humidos, o secco. E quando por causa do clima se naõ possa eleger idoneo, e conveniente Ar ao temperamento, suprirse-ha com Arte o que negou a natureza, preparando o Ar com cousas que o temperem. Quando for necessario Ar quente, repare-se o apozento o melhor que poder ser, e acenda-se lume, que o aqueça. E quando se quizer Ar frio, abraõ-se as janellas, e reguem-se as casas com agua, e alcatifem-se de plantas frescas, como saõ violas, salgueiro, golfaons, folhas de rosas, e outras semelhantes, o que se farà tambem quando se quer Ar humido. E quando se desejar secco, com fogo, e fumos de cousas aromaticas seccas se poderà preparar, como salva, alecrim, manjarona, páo de aguila, canella, e outras desta classe, tendo entendido, que assim para os que lograõ boa saude, como para os que saõ valetudinarios, e morbosos, se deve fazer toda a diligencia porque respirem bons Ares, principalmente se padecerem queixas da cabeça, e peito: porque a estas partes chega mais promtamente o Ar que se inspira, e nellas imprime com maior força as suas qualidades, como affirma Hipocrates, 1. dizendo: *Aer ubi primum inspiratur, omnem vim suam in cerebro relinquit.* E conselho foi de Alsario, 2. que nos males do cerebro, e dos bofes, se pusesse maior cuidado na bondade do Ar, que os doentes respirassem, que nos alimentos convenientes de que se nutrissem, e em quaesquer outras cousas de que necessitassem. Estas as suas palavras: *In morbis pulmonum, & cerebri de optimo aere, sub quo degamus, curam habere debemus maiorem,* *quam*

(1) *Lib. d. sacr. morb.*

(2) *Cent. 2. fol. 29.*

quam de cibo, & potu, vel de quacumque re alia.

6 Isto que este Autor aconselha nos males do peito, e cabeça, se deve observar na cura de todos os males, que sendo o Ar cousa taõ principal nelles, parece que se ha de pôr todo o cuidado em que o respirem conveniente às queixas, que padecerem, e por isto os Praticos entrando a descrever a cura dos males, antes de insinuarem os alimentos com que devem tratar-se, dizem que se cuide primeiro do Ar, preparando-o como se julgar conveniente, que contra o Ar nada aproveita, por mais que a Arte se empenhe, e por mais remedios que se appliquem. Por isso Galeno mandava os tisicos para as Tabias; e Celso os mandava navegar para o Egypto, Plinio queria que respirassem Ar em que se fabricasse pez, e rezina; e nòs os mandamos de Lisboa para o Alen-Tejo, onde achaõ muitas vezes remedio por beneficio dos Ares quentes, e seccos os estillicidiosos, que no clima de Lisboa, pela sua muita humidade, se naõ poderaõ remediar com as mais cuidadosas diligencias, E assim succede muitas vezes, que alguns males doutamente tratados, se façaõ cervicosos, e rebeldes, pelas qualidades do Ar, que pondo-se parcial dos achaques, deludem as applicaçoens da Medicina, e triunfaõ da efficacia dos remedios. Em cujos termos se faz preciso mudar de Ares para outros que se julgarem contrarios à natureza dos achaques que se padecerem. E neste sentido se deve entender Hipocrates, 1. quando disse, que nos males chronicos, e de difficil erradicaçaõ, se mudassem os doentes para outras terras: *Terram mutare convenit in morbis longis.* O que ha de ser para Terra de Ares convenientes, que de outra maneira, poderaõ achar maior danno nos Ares, que buscarem para remedio.

(1) 6. *Epidem sect* 5. *text.* 19.

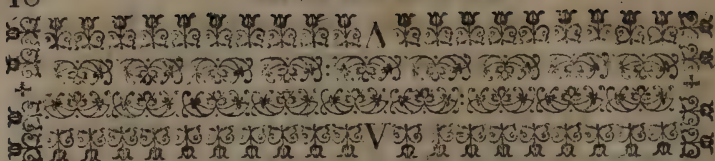
7 E ainda nos Ares que primeiro se respiràraõ, se deve

deve praticar esta doutrina: porque pódem ser uteis, ou nocivos aos naturaes, segundo as qualidades dos Ares, e a natureza dos seus achaques, como luculentamente disse Vallesio, expondo o lugar de Hipocrates, por estas palavras: *Ego veró censeo patrium habitare solum, quibusdam esse utile, quibusdam noxium, atqui ita ut quibusdam utile est, cùm ægrotant, in patriam reduci, ita alijs in alienum sólum à patria deportari.* Naõ se haõ de buscar tanto os Ares patrios, por serem os que primeiro se conhecèraõ, e respiràraõ, quanto por terem qualidades contrarias aos achaques, que se padecem; que desta sórte serviráõ de remedio, que os vença; e se forem de natureza semelhante ás dos males, serviráõ de causa que os augmente, e perpetue. Bellamente Galeno, 2. *Sane ambiens, si contrariam morbo temperiem habet, è præsidiorum numero unus est; sin similem, ægritudinalium causarum est unus.* Veja-se o que da eleiçaõ do Ar escreveo Galeno no livro primeiro de *Sanitate tuenda*, cap. 16.

(2(9. *Math* 14.



SESSAM



SESSAM II.

DOS ALIMENTOS EM COMMUM.

CAPITULO I.

Que seja Alimento, como se coza no estamago, e quaes sejaõ os melhores alimentos para as pessoas que tem saude.



SSIM como se naõ póde viver sem ar, tambem se naõ póde conservar a vida sem alimento. Está o corpo em continuo dispendio de sangue, que na sua alimonia se gasta, e de espiritos, que nas suas operaçoens se dissipaõ, e por isto tem precisa indigencia de cotidiano Alimento, com que a perda do sangue, e dos espiritos se recobre. a fim de que a sua nutriçaõ se perenne, sem a qual a saude logo se arruina, e a vida brevemente caduca. He pois Alimento, tudo aquillo que nutre o corpo; e o que melhor o nutre, esse he para elle o melhor Alimento. E porque este negocio da nutriçaõ depende da boa chylificaçaõ do estamago: he necessario que entre elle, e os alimentos, haja alguma analogia, ou familiaridade, para que mais facilmente os possa dissolver, transmutar, ou cozer, como

como vulgarmente se diz. Porque naõ se dissolvendo bem o que se come, naõ se fermentando bem no estamago, e naõ se depurando exactamente das suas partes excrementosas, e inuteis, naõ só se naõ nutre bem o corpo, mas tambem rezultaõ varios dannos, assim no estamago, como nos ductos do chylo, e em outras mais partes, que o sangue mal volatilizado póde offender no seu circulo.

2 E para que isto se perceba inteiramente, devem saber os que naõ forem Medicos (que nestes naõ suppomos tanto defeito, que o ignorem) que os Alimentos no estamago, naõ se cozem só por virtude do seu calor, como cá fóra se cozem; que em nada tem semelhança estes cosimentos. O do estamago consiste em fermentar bem, dissolver, ou fazer liquido o Alimento, ainda que seja solido, e duro. E quando fica bem dissoluto, bem desfeito, bem liquido, entaõ he, que está bem cosido. Porèm esta dissoluçaõ, he effeito da fermentaçaõ do estamago, e nunca a póde fazer o calor. Poderá o calor colliquar, e derreter as cousas pingues, e oleosas, como a manteiga, e a cera; mas dissolver as cousas sólidas, e duras, isto nenhum calor do estamago o póde fazer: e muito menos o commutallas em huma sustancia branca, em que os Alimentos, de qualquer cor que sejaõ, se commutaõ no estamago; o que se faz por obra do seu acido fermentativo, que he hum licor azedo, que de si lançaõ as glandulas da tunica interior do estamago, o qual he o acido esurino, que excita a fóme; o menstruo, que dissolve os Alimentos, e o fermento, que os commuta em huma sustancia branca, e pultacea, a que chamaõ chylo, o que se faz da maneira seguinte.

3 Tanto que os Alimentos se recebem no estamago, entra este a dissolvellos, incindindo-os, e penetrando-os com o seu acido fermentativo, atè os attenuar

tenuar, e fazer liquidos. E porque nos Alimentos ha ſaes volateis, e alcalicos, excitados eſtes com as partes acidas do fermento, naſce entre elles hum movimento, ou fermentaçaõ inteſtina, com que o Alimento já feito chylo ſe volatiliza, e ſe vay a perfeiçoando, o que ſe acaba de fazer, quando paſſa do eſtamago ao inteſtino duodeno, onde com occurſo do ſucco pancreatico, azedo, e do humor bilioſo, alcalino, ſe excita huma nova fermentaçaõ, em que o chylo ſe depura, precipitando-ſe aos inteſtinos as partes craſſas, e impuras, para ſe deturbarem pelo ventre; ficando o chylo taõ liquido, e taõ tenue, que poſſa permear pelas anguſtiſſimas veas lacteas a confundir-ſe com o ſangue nas veas, atè tomar a ſua fórma, e natureza; levando comſigo do inteſtino duodeno, alguma porçaõ de cholera, que conduz muito para mais facilmente receber a tintura do ſangue. Donde ſe vè, que a chylificaçaõ, ou coſimento do eſtamago ſe naõ faz por obra de ſeu calor, ſe naõ por virtude do ſeu fermento; ainda que ſempre he neceſſario que eſteja vigoroſo o calor natural do eſtamago, para que ſe façaõ bem as operaçoens do ſeu acido. E neſta da tranſmutaçaõ do Alimento tem grande parte a ſaliva, que com elle ſe miſtura, quando ſe come, por haver nella virtude fermentante, e por iſto he conveniente, para melhor fermentaçaõ dos Alimentos, maſtigallos exactamente, para que a ſaliva entre bem por elles, e os poſſa penetrar, e incindir com as ſuas partes acidas, e volateis, como já diſſemos na *Diſſertaçaõ dos humores naturaes do corpo humano*, que ajuntamos no fim de Madeira illuſtrado.

4 Para ſe fazer bem eſte coſimento de eſtamago, e para por conſequencia haver boa nutriçaõ do corpo, he neceſſario uſar de bons Alimentos, comellos com moderaçaõ, e tomallos com ordem. Quaes ſejaõ

os

os bons Alimentos, diremos adiante, fallando em particular de cada hum delles. Em commum dizemos, que os bons Alimentos, saõ aquelles, que sendo temperados nas primeiras qualidades, se commutaõ facilmente no estamago, e nutrem muito bem o corpo. E pelo contrario, os máos Alimentos, saõ os que excedendo nas primeiras qualidades, se cozem com dificuldade, ou ainda que se cozaõ bem, nutrem mal o corpo. Advertindo porèm, que os Alimentos o que os faz ser bons, ou máos, he a diversidade das naturezas, e dos estamagos. Muitas vezes os Alimentos, que pela suas boas qualidades julgamos melhores' saõ os que alguns estamagos recebem mal, e os commutaõ peior, de que nascem indigestoens, flatulencias, e outros dannos, que saõ consectarios destes. E outras vezes muitos Alimentos, que pelas suas pravas qualidades reprovamos por inconvenientes, saõ os que alguns estamagos melhor abraçaõ, cozendo-os com facilidade, e commutando-os perfeitamente, de que se segue huma boa alimonia do corpo, O que procede da analogia, e propoçaõ, que os fermentos estomachaes tem com huns Alimentos, e da aversaõ, e antipathia, que tem com outros. Se os estamagos tem analogia com os bons Alimentos, recebem-nos bem, e commutaõ-nos, ou cozem-nos melhor. Se entre si tem dispropoçaõ, ou contrariedade, offendem-se com elles, como se foraõ veneno. E se os estamagos tem analogia com os Alimentos, que julgamos máos, estes para elles saõ os melhores; e como taes os admittem sem nausea, e os commutaõ sem enfado; e se com elles ha huma boa nutriçaõ: estes saõ para semelhantes naturezas os Alimentos melhores. Nós conhecemos algumas pessoas, que cozem com mais facilidade a vacca dura, que a galinha tenra; e outras achaõ maior refeiçaõ em ervas,

e ma-

e mariſcos, que em pombos, e perdizes. O que como temos ditto, naſce da propoçaõ, e analogia, que hà entre os eſtamagos, e certos Alimentos, por razaõ da qual, preferem na doutrina de Hipocrates. 1. os Alimentos, que por ſuas qualidades reputamos por menos bons, quando a natureza os appetece com ancia, e os recebe com goſto: *Paulo deterior cibus* (diz elle) *ſuavior tamen, melioribus, ſed minus ſuavibus, eſt præferendus.* A razaõ deſta preferencia achou Galeno 2. na voluptuoſidade, e deleitaçaõ com que a natureza aceita eſtes Alimentos, entendendo, que ſe haõ de cozer melhor no eſtamago, viſto que elle os appetece, do que aquelles com que tem averſaõ, ainda que ſejaõ dos mais louvaveis Alimentos, eſtas as ſuas palavras: *Nam quæ cùm voluptate aſſumuntur; iſta ventriculus amplexatur, & facilius concoquit: ſicuti illa, quæ diſplicent, refugit.* A familiaridade, ou averſaõ que os eſtamagos tem com os Alimentos, faz que ſejaõ bons, ou máos, e naõ as qualidades, e modo de ſuſtancia de que ſaõ dotados, e por iſſo naõ ha Alimento taõ bom, que para algumas naturezas naõ poſſa ſer máo, nem Alimento taõ máo, que para outras naõ poſſa ſer bom. Os que ſe appetecem com ancia, e ſe recebem com ſuavidade, e deleitaçaõ ordinariamente ſaõ os que melhor ſe cozem, e por iſto ſaõ para eſtas naturezas os melhores Alimentos, ainda que pelas ſuas qualidades devaõ reprovar-ſe, aſſim como ſaõ peiores Alimentos aquelles que os eſtamagos repugnaõ, e os recebem com nauſea, ainda que pelas ſuas qualidades ſe julguem os melhores. E por iſto deve cada peſſoa uſar daquelles que melhor ſe accommodarem à ſua natureza, ſejaõ elles da claſſe que forem. *Qualitas cibi* (diz elegantemente Plempio 1.) *non eſt magnoperè curanda, ſi ſano ſis corpore, & tale genus cibi naturam tuam non offendat.*

1 *Lib. 3. Fundament. Medicin. cap. 4. fol. mih. 218.*

5 Para

5 Para os ſãos, com quem agora fallamos, he grande conſelho aquelle de Celſo; 2. quando diſſe, 2
que os homens de boa ſaude, naõ deviaõ reprovar Lib. 5. c.
nenhum genero de Alimento, e que podiaõ uſar in- 1.
diſcriminadamente dos que quizeſſem: *Sanus homo* (diz Celſo) *qui & bene valet, & ſuæ ſpontis eſt, nullum cibi genus fugere debet, quo populus utatur; interdum in convivio eſſe, interdum ab eo ſe ſe retrahere; modó plus juſto, modó non amplius aſſumere, &c.* E na verdade, que alguma differença ha de haver entre a ſaude, e as queixas. Quem tiver boa ſaude, coma o que quizer, naõ fazendo na quantidade tal exceſſo, que naõ poſſa com elle a natureza, e repare nos Alimentos com que melhor ſe dá o ſeu eſtamago, para uſar delles com mais frequencia, e para fugir daquelles em que achar menos utilidade: ainda que pelas ſuas qualidades ſejaõ os melhores; porque, como temos ditto, os melhores Alimentos para cada individuo, ſaõ aquelles, que o ſeu eſtamago melhor abraça, e melhor commuta, ſe o corpo ſe nutre bem delles.

6 E por eſta regra ſaberà cada qual governar-ſe facilmente na eleiçaõ dos Alimentos, muito melhor, que por conſelho de Medicos; porque eſtes poderàõ ſaber quaes pelas ſuas qualidades ſejaõ os melhores Alimentos, para os louvar em commum, mas naõ poderàõ alcançar quaes ſejaõ os mais familiares, e mais idóneos para cada peſſoa, para particularmente lhos aconſelhar. No tempo da ſaude, ninguem ſe deve governar por outro dictame; ſenaõ que ha de comer com moderaçaõ daquelles Alimentos de que goſtar, ſe lhe naõ fizerem danno; ainda que elles ſejaõ reprovados pelas ſuas qualidades, e fugir daquelles em que achar alguma offenſa, ainda que pelas ſuas qualidades ſe julguem os melhores. Em havendo doença, ou

achaque; isto entaõ tem outras regras mui differentes, porque preferem os Alimentos, que se julgaõ mais proprios para o mal que se padece. Mas na saude, o Alimento, que deve preferir, he o com que o estamago melhor se dà, se o corpo se nutre bem delle, o que só cada pessoa póde saber, para mais rectamente se governar. Quem naõ vè muitos homens da melhor eucracia, perguntando aos Medicos o que haõ de comer, e procurando saber se estes, ou aquelles Alimentos saõ quentes, ou frios; (como se naõ houvera no mundo mais que frio, e quente) alistandose espontanea, e indevidamente debaixo das bandeiras da Medicina, quando pela boa saude, que lograõ, estavaõ izentos desta infelicidade. A quem Deos fez mercè de lhe dar boa saude, coma dos Alimentos que melhor gostar, fugindo daquelles com que se offender. E se por ventura achar Medico, que lhe dé outra regra: agradeçalhe o conselho, mas naõ lho tome, que esta he a verdadeira regra para se governarem na saude, em que se naõ necessita dos presidios da Arte: *Non est opus valentibus Medico, sed male habentibus.*

7 Pareceria demencia reprovar os Alimentos de que se nutre bem o corpo, e que o estamago recebe com agrado, só porque pelas suas qualidades naõ tem para o commum a melhor approvaçaõ; sendo certo, que para semelhantes naturezas, saõ estes os Alimentos mais bem calificados, e por isso os naõ devem deixar por outros de melhor reputaçaõ, principalmente se forem Alimentos da sua criaçaõ, e do seu uso; porque ainda que naõ sejaõ dos melhores, já o costume os tem feito familiares, e se elles nutrem bem o corpo; que mais utilidade se podia esperar de outros, para se reprovarem estes, quando naõ he outro o fim para que se tomaõ, mais que o da nutriçaõ, e augmento do individuo, que com elles inteiramente se consegue,

ſegue? *Quæ longo tempore conſueta ſunt* (diz Hipocrates 1.) *etſi deteriora ſint, inſuetis minus moleſta eſſe ſolent.* Tem grandes poderes o coſtume; tanto, que tem forças de natureza; e os Alimentos de longo tempo coſtumados, mudaõ a natureza, ou temperamento de quem os uſa, ficando entre ſi taõ familiares, que nunca ſe offendem com elles. Aſſim ſuccedeo a Mithridates, que uſou do veneno ſem noxa; e à velha de que faz mençaõ Galeno, 2. que ſuſtentava a vida com cicuta, erva venenoſa. Por iſto os Alimentos do uſo, e criaçaõ de cada qual, nunca ſe devem deixar por outros, ainda que melhores: porque a efficacia do coſtume os faz preferir, e utilizar: *Atqui quòd vitioſus tum cibus, tum potus* (diz Hipocrates 3.) *ſemper ſibi ſimilis ad ſanitatem tutior ſit, quàm ſiquis ſubitò ad alterum, licèt meliorem, magnam mutationem faciat, cognitu eſt facile.* Só ſe houver doença, entaõ he preciſo Alimento medicinal. E ainda nas doenças ſe ha de attender muito ao coſtume, de que ſempre ſe lembra a natureza. Aſſim vemos muitos enfermos, que naõ puderaõ vencer as ſuas queixas, em quanto lhe naõ deraõ os Alimentos do ſeu uſo, e criaçaõ; do que ha innumeraveis hiſtorias entre os Authores, De hum homem refere Solenandro, 1. que eſtando enfermo em hum Hoſpital, e jà bem vizinho da morte, lhe perguntou o Medico que o curava, com que Alimentos vivia, e como ſe tratava no tempo da ſaude, e reſpondendo que nunca dormia em cama branda, nem ſe deſpia de noite, e que coſtumava comer Alimentos ruſticos, e groſſeiros: o Medico lhe mandou que dormiſſe huã noite ſobre hum eſtrado, e fez que comeſſe cebola, com ſal, e agua fria, e deſta ſórte livrou do perigo da enfermidade, e brevemente ſe reſtituio à ſaude. Celebre he aquelle caſo, que refere Zacuto, 2. de hum

1 1. *Aphor* 50.

2 2. *Simplic.*

3 2. *Acut.* 25.

1 *Sect.* 5. *Cõſil. Medicin conſ.* 15.

2 *Prox. mir. lib.* 3. *obſ.* 103.

homem do mar, que exanimado entre aromas, naõ tornou a ſi em tres dias, atè que o grande Medico Thomàs Rodrigues da Veiga o mandou pôr na praia, com cujo ar conhecido, dentro de poucas horas ſahio do accidente, recreádo com o fedor da mareſia.

8 Attendendo pois às forças, e poderes do coſtume, aconſelhamos, que ninguem deixe os Alimentos a que com utilidade eſtà coſtumado, para uſar de outros. E quando por alguma cauſa ſeja preciſo mudar de Alimento, para outros differentes, eſta mudança ſe farà paulatinamente, introduzindo pouco a pouco outro coſtume: porque ſe ſe fizer de repente, poderà eſtranhallo muito a natureza, que ordinariamente ſe offende com as mudanças precipitadas, e repentinas, como notou Hipocrates, 3. de quem tiramos eſta
3 Ephi 5. doutrina: *Plurimum, atque repente evacurare* (diz elle) *vel replere, vel calefacere, vel refrigerare, ſive quovis alio modo corpus movere, periculoſum: Omne enim nimium, naturæ inimicum; ſed quod paulatim ſit, tutum eſt, cúm aliàs, tum cúm ab altero ad alterum tranſitus fit.*

CAPITULO III.

Da quantidade do Alimento.

AInda que ſejaõ bons os Alimentos, haõ de uſarſe em moderada quantidade, de ſórte que a natureza ſe naõ opprima com elles, e que baſtem para nutrir o corpo, Niſto peccaõ ordinariamente os homens, com graviſſimo danno ſeu. Ha alguns glotões, e polyphagos, que levados da ſua voracidade, e ineſcados com o jucundo condimento de embãmas, e manjáres de bom goſto, ſóltaõ as redeas ao appetite, e tranſcendem os lindes da moderaçaõ, atè chegarem

a ex-

a experimentar os eſtragos da gula. Qantos depois de huma meſa lauta, ficàraõ com queixas que lhe duráraõ toda a vida? Quantos foraõ do banquete para o tumulo? Quantos ſe enchéraõ de Alimento de maneira, que naõ podendo regulalo a natureza, acabaraõ a vida com huma apreſſada eſtrangulaçaõ? Quantos por fartos morrèraõ apoplecticos? Deſtes ſucceſſos eſtaõ os livros cheos; cujos caſos naõ referimos por communs. Em tudo ha de haver meio, e moderaçaõ: *Tene medium* (diz S. Bernardo 1.) *ſi non vis perdere modum; locus medius tutus eſt, medium, ſedes modi, & modus virtus.* E com elegancia o Sulmonenſe. 2.

1 *Lib.* 3. *de conſider.*

2 *Lib.*2. *metham*

Altius, egreſſus, cæleſtia tecta cremabis.
Inferius, terras; medio tutiſſimus ibis.

2 O melhor meio para durar pouco, he o comer muito. Os meſmos Alimentos, que tomados com moderaçaõ conſervaõ a vida com ſaude, comidos com exceſſo, a arruinaõ. A agua, que com modica affluencia fertiliza os campos, cauſa eſterilidade quando os inunda. O fogo, que com moderado pabulo ſe ſuſtenta, gravado com muita materia combuſtivel, ſe ſuffoca. E he laſtima, que tendo os homens eſte conhecimento, poſſaõ com elles mais as vehementes illecebras do appetite, para ſe ſoltarem na meſa com exceſſo, que os poderoſos dictames da razaõ, para ſe conterem nos limites da frugalidade com prudencia; ſendo certo, que para ſaciar o appetite famelico, com que o Alimento ſe deſeja, naõ he neceſſario chegar a huma demaſiada ſaturaçaõ, que ſempre offende, e muitas vezes deſórte, que mata; donde veio a vulgar paremia, de que ſaõ mais os que morrem com os exceſſos da gula, que com os golpes da eſpada. Mais

póde a gula com a doce ſuavidade de ſeus manjares na meſa, do que Bellona com a cruel valentia de ſuas armas na campanha. Por iſto dizia o Eccleſiaſtes, 1.
1 Cap. 37. *Noli avidus eſſe in omni epulatione; & non te effundas ſuper eſcam, in multis enim cibis erit infirmitas, & aviditas appropinquabit uſque ad choleram, propter crapulam multi obierunt, qui autem abſtinens eſt, adjicit vitam.*

3 Todo o negocio de alimentar bem, no tempo da ſaude, conſiſte na quantidade que ſe come, naõ na qualidade dos Alimentos, que ſejaõ elles quaes forem, comidos com parſimonia, naõ offendem, e ainda que ſejaõ os melhores, tomados com inſaciavel voracidade, ſempre fazem danno: *Ex optimis* (diz Hipocrates 2.) *tum cibis, tum potibus, corpori pro ſanitate tuenda deſtinatis, & morbos, & ex morbis mortes ſuſcitari, ſi vel intempeſtivè, vel pleniori, quàm par ſit, manu ingerantur.* Porque os Alimentos, ainda que bons, comidos com exceſſo, ſubvertem o eſtamago, que os naõ póde cõmutar bem por demaſiados, de que reſultaõ indigeſtoens, colicas, cardialgias, e huma ſyndrome de males, todos graves pela cauſa, e pelas conſequencias graviſſimos, porque de Alimentos mal tranſmutados, ou mal cozidos, naõ ſe póde eſperar boa ſanguificaçaõ; e haverá hum ſangue vappido, craſſo, feculento, que circulando moroſamente, cauſa ſeja de lethaliſſimos incommodos, como apoplexias, parleſias, vertigens, aſmas, e ſuffocações, e outros mais dannos, que de ſangue de taõ prava textura ſe pódẽ originar. Alèm de que, huma nimia ingurgitaçaõ de Alimentos, nas horas em que ſe deviaõ cozer, póde acabar a vida, ou comprimindo o boſe, e o diaphragma, e fazendo huma ſuffocaçaõ: ou apertando as veas, e arterias maiores, impedindo aſſim o movimento da circulaçaõ, de que

2 Lib. de affect.

póde

póde proceder huma apoplexia. Porque he certo que os Alimentos no estamago se fermentaõ, e levedaõ, crescendo muito, assim como no panificio cresce a massa depois de fermentada, e comendo-se ingluviosamente, quando os Alimentos vaõ crescendo na sua fermentaçaõ, naõ cabem no estamago, e alargaõ-no, e distendem-no de maneira, que comprime os vasos maiores, e os instrumentos da respiraçaõ, que lhe ficaõ vizinhos, de que necessariamente se haõ de seguir males turgentes, agudos, e syderados. E ainda que algumas pessoas por particular privilegio da sua natureza se naõ offendaõ logo com o muito que comem, e andem bem nutridos, e com boa saude: necessariamente haõ de vir a padecer achaques, como gotta, rhemautismos, defluxoens; ou febres agudas, e outros varios dannos, nascidos das superfluidades excrementicias, que em grande copia haõ de resultar dos seus cozimentos; principalmente se naõ fizerem grande exercicio, com que parte dellas se consumaõ.

4 Por todas estas razoens entendeo Hipocrates, 1, que os principaes fundamentos para ter boa saude, consistiaõ em comer com moderaçaõ, e trabalhar com cuidado; *Prima bonæ valetudinis fundamenta esse non satiari cibis, & impigrum esse ad labores.* O que advertio tambem Aristoteles, 2. quando disse, que era cousa muito conducente para viver sem queixas, o comer pouco, e trabalhar muito. E foy o mesmo que dizer, que comendo-se o que bastar para nutrir o corpo, se faça exercicio de maneira, que com elle se gastem as superfluidades, que dos cozimentos, e nutriçaõ resultaõ. Naõ se ha de comer de modo, que se chegue a satisfazer todo o appetite, se naõ que ainda com alguma appetencia se ha de largar a mesa, como a conselha Avicena: 3. *Omnis qui rationem habet valetudinis suæ, non edat usque ad saturitatem* inte-

1 *6. Epid.*

2 *In problem.*

3 *Lib. 1. fen. 3. doct. 2. cap. 7.*

integram; sed reliquiis famis nondum cessantibus surgat à mensa. Nos seculos primeiros viviaõ os homẽs muito, porque comiaõ pouco. Naõ excediaõ os limites da sobriedade, por isso morriaõ de velhos, e naõ de enfermos. De Galeno escreve Rodiginio, 4. que pela moderaçaõ com que sempre se tratarà no comer, e beber, tivera boa saude, atè morrer de cento e quarenta annos: *Proditum est* (diz Rhodiginio) *Galenum, Philosophum, & Medicum singularem, centum quadraginta annos vixisse, tantaque in cibo, & potu abstinentia usum, ut ad satietatem nunquam comederit, aut biberit; sicque citra ullam affectionem, sola defecit senectute.* O certo he que para viver, pouco Alimento he necessario. De S. Paulo refere S. Hieronymo, 5. que morreo de cento, e quinze annos, e passara cem no ermo, dos quaes se sustentàra quarenta comendo poucas tameras, e bebendo agua, e sessenta annos vivera com meio paõ, que hum corvo cada dia lhe levava. Santo Antonio, que viveo cento e sinco annos, foi Eremita noventa, em que se sustentou só com paõ, e agua, e jà na velhice com algumas ervas. E seculos houve em que naõ passavaõ os homẽs de comer mais que os fruttos das arvores, e das plantas, com que viviaõ idades mui largas, livres dos achaques, e doenças que hoje experimentaõ os que desordenada, e ingluviosamente se enchem de Alimentos mais crassos, e mais nutrientes. A aquelles seculos chamou Ovidio bem afortunados seculos de ouro, em que os mortaes se contentavaõ com aquella frugalidade.

4 *Lib. 3. cap. 12.*

5 *In ejus vit.*

At vetus illa ætas, cui fecimus aurea nomen.
Fœtibus arboreis, & quas humus educat herbis.
Fortunata fuit, nec polluit ora cruore,
Tunc, & aves tutæ movere per aera pennas.

Et

Et lepus impavidus mediis erravit in arvis.
Nec sua credulitas piscem suspenderat hamo.

5 Pythagoras foy hum dos que viveraõ só com os fruttos da terra, comendo-os com parsimonia, de sorte que chamaõ Alimento Pythagorico a este modo de alimentar, e detesta muito o uso commum de comer animaes viventes; cujo preceito da sua *perenesi* verteo Citesio nas seguintes vozes.

Parcite mortales dapibus temerare nefandis
Corpora; sunt fruges, sunt deducentia ramos.
Pondere poma suo, tumidæque in vitibus uvæ
Sunt herbæ dulces, sunt qui mitescere flamma
Mollirique queant; nec vobis lacteus humor
Eripitur; nec mella thymi redolentia flore.
Prodiga divitias, alimenta que mitia tellus
Suggerit, atque epulas sine cæde, & sanguine præbet.

Porèm se nos primeiros seculos podiaõ viver os homens só com estes Alimentos taõ ténues, era pelo vigor, e valentia da natureza, e hoje que pela sua effetaçaõ, e debilidade necessita de mais pronta reparaçaõ, he preciso comer carne, e Alimentos de boa sustancia, usando-os com tal moderaçaõ, que naõ gravem a natureza, e naõ excitem algum danno. A qui nos lembra o que dizia Diógenes Cynico, quando estranhava, que os homens pedissem saude aos seus falsos Deoses; porque na moderaçaõ, com que se alimentassem, tinhaõ na sua maõ quanto elles lhes podiaõ conceder. Naõ dizemos que este modo de alimentar proroga a vida: mas entendemos, que quem usar de bons Alimentos, e os comer com regra, e moderaçaõ, que ha de viver com saude, e quando a

doeça

doeça, ſerá com menos apparato morboſo, e vencerà as doenças com mais facilidade.

6 Aſſim como reprovamos o comer com tal exceſſo, que chegue a huma nimia ſaturaçaõ: condẽnamos tambem o comer taõ pouco, que naõ chegue para reſarcir a perda do ſangue, e dos eſpiritos, que perẽnemente ſe diſpendem. Niſto peccaõ tambem muitas peſſoas, que deſejando viver muito, e naõ padecer achaques, uſaõ de taõ pouco Alimento, que naõ paſſaõ de hum ſuſtento tenue, entendendo que por eſte meio ſe immortalizaõ; ſendo aſſim que em naturezas quentes, biliòſas, e ſeccas, ſerà muito mais prejudicial o defeito de Alimento, que o exceſſo delle. Os homens de temperamento frio, e humido, que forem valetudinarios, e abundarem com muitas humidades, poderáõ tolerar eſta tenue dieta ſem tanto danno, principalmente ſe paſſarem huma vida ſedentaria, e naõ fizerem exercicio, com que gaſtem parte das ſuperfluidades excrementicias, de que neceſſariamente ha de haver graude provento nelles. Porèm nos homens ſaõs, que he para quem fazemos eſta obra, ſerà nocentiſſimo o comer taõ pouco, que lhe faltem eſpiritos, e ſangue, com que o corpo ſe haja de alentar, e nutrir. E dos dois extremos, de comer com exceſſo, e alimentar com penuria, he eſte na doutrina de Hipocrates o mais perigoſo, porque he mais facil depor, o que ſobeja, que refazer do que falta.

1 Tres ſaõ na doutrina de Hipocrates 1. e Galeno os modos de alimentar, porque ha Alimento tenue, mediocre, e pleno. O primeiro deminue as forças, o ſegundo conſerva-as, o terceiro aumenra-as. O primeiro, que he o Alimento tenue, he proprio para os doentes, a quem ſe ſubtrahe o Alimento, porque os corpos impuros, o meſmo he nutrillos, que offendellos; e nunca ſe deve uſar nos ſaõs, que neceſſitaõ de

1. *Aph.*

de Alimento com que se nutraõ, o que naõ podem fazer comendo taõ pouco, porque se offenderàõ com a parsimonia, muito mais, que com a saturaçaõ. Tudo isto proferio Hipoentes. 2. nas seguintes palavras: *Etiam in sanis periculosus est valde tenuis, & constitutus, & axactus victus; quoniam delicta gravius ferunt. Ob hoc igitur tenuis, & exactus victus, periculosus est, magis, quàm paulo plenior.* Outro danno faz o comer, e beber sempre pouco, e vem a ser contrahirse, e apertarse o estamago de modo, que se em alguma occasiaõ se excedeo esta quantidade, sente grande offensa, porque se distende, e alarga contra o costume, de que resultaõ ancias, e afflicçoens, dores, nauseas, e vomitos. Por isto se naõ deve costumar o estamago a tanta miseria de Alimento certo, e constituto, como lhe chamou Hipocrates, se naõ que ainda que queiraõ comer, e beber pouco, nunca seja igual a quantidade do que comerem, e beberem, O Alimento mediocre he o que conserva a natureza, e as forças, e o pleno, he o que as augmenta. Aquelle he o que basta para pessoas adultas, e este he o de que necessitaõ os meninos, em cujá idade se augmentaõ as partes, e por isto tem indigencia de mais Alimento, que Hipocrates 3. lho concedeo quando disse: *Qui crescunt plurimum habent calidi innati, & ideo plurimo egent alimento, &c.*

2 Aph. 5.

CAPITULO III.

Qual seja mais saudavel, a mesa que consta de hum só Alimento, ou a que se compoem de muitos?

1 GRande cuidado pôz a Omnipotencia Divina no regalo dos homens, quando para seu uso

povoou

povoou a terra de varios animaes quadrupedes, e volateis, e encheo os mares de differentes peixes: *Omne quod movetur, & vivit, erit vobis in cibum.* 1.
1 Genes. 9. Deixando-lhes juntamente nos aromas, e outras producçoens da terra, tudo quanto era necessario para bom condimento, e tempero das muitas epulas, e iguarias, de que se compoem a mesa opipara dos Magnates, com grande danno de sua saude, sendo certo, que a variedade de manjares de bom gosto, puxa por huma intemperança, e nimía saturaçaõ de todos elles; de que se seguem innumeraveis males, com que se perde a saude, e se acaba a vida; porque o estamago naõ póde commutar bem taõ grande multidaõ de diversos Alimentos, e necessariamente se ha de depravar a chylificaçaõ, de que sem duvida se ha de seguir huma viciosa sanguificaçaõ, de que nasçaõ dannos gravissimos; o que advertio já Seneca, 2. quando disse, que as muitas iguarias eraõ causa de muitas enfermidades: *Multos morbos multa fercula faciunt.* Assim se observa, que os que usaõ de mesas lautas, e esplendidas, ordinariamente tem mais achaque, e vivem menos annos, que os rusticos, que passaõ com hum Alimento simples; sendo taõ robustos que a maior parte delles se sustenta do seu trabalho. E já Josepho, 3. no livro que escreveo *de Bello Judaico*, disse, que os Esseos viviaõ idades larguissimas, pela parsimonia, e simplicidade do Alimento de que usavaõ: *Vivunt autem quám longissimè, ita ut plurimi eorum, usque ad centenariam proferantur ætatem, propter simplicitatem victus, & institutionem benè in omnibus moderatam.*

2 Lib. Epist. 16

3 Lib. 2 cap. 7.

2 Hoje naõ ha mesa taõ simples, que conste de hum só Alimento; nem ainda a dos rusticos, em que sempre ha de haver paõ, vinho, queijo, leite, legumes, e nos que se regálaõ, couves com toucinho. Os que

que vivem com melhor fortuna, e se trataõ modestamente, compoem a sua mesa de humas sopas, hum assado, e olha de vacca, prezunto, e arrós. E a esta proporçaõ nos dias em que a Igreja prohibe a carne, fazem a sua mesa de peixe. Os ricos, e Senhores grandes, ou por credito da magnificencia, ou por lisonja do palato, compoem a sua mesa de toda a variedade de Alimentos, de que fazem massas, guizados, fricassés, e varias iguarias, com que estragaõ, e perdem a saude, podendo conservalla com o pouco Alimento, que pede a natureza, como dizia Lucano, 1 declamando contra as voluptuosidades da gula. 1 Lib. 4.

O' prodiga rerum
Luxuries, nunquam parvo contenta paratu,
Et quæsitorum terra, pelagoque ciborum,
Ambitiosa fames, ò lautæ gloria mensæ.
Discite quàm parvo liceat producere vitam,
Et quantum natura petat.

Bem reconheo Avicena 2. os dannos que se seguiaõ de comer a huma mesa varios Alimentos, quando disse que naõ havia cousa mais prejudicial á saude: *Et nihil quidem deterius est; quàm diversa nutrientia simul adjungere.* A razaõ he, porque naõ póde o estamago cozer todos ao mesmo tempo, huns se haõ de cozer mais cedo, outros mais tarde. Os cozidos, se se dilataõ no estamago, corrompem-se, ou esturraõ-se. Se descem do estamago, logo que se cozem, levaõ comsigo os que ainda naõ tem boa dissoluçaõ, ou cozimento, de que resultaõ obstruçoens, e outros muitos dannos, como experimentaõ os que assim se trataõ. Esta he a communissima razaõ porque se reprova o uso de varios Alimentos, no que entendemos que ha de haver alguma limitaçaõ, sobre o que 2 31. Doct. 2. 7.

falla-

fallarèmos no Capitulo seguinte.

3 Primeiramente louvamos, e preferimos a mesa frugal; que he a que consta de poucos Alimentos, cozidos, e assados; sem o condimento dos adubos, e guizados de manteigas, que botaõ a perder os estamagos, relaxando-os, e enfraquecendo-os. *Convictus facilis, & sine arte mensa*, dizia Horacio. E no que toca á mesa, que se compoem de multiplicidade de Alimentos, de que fazem varias iguarias de bom gosto: dizemos, que os Principes, e Cavalheros, que foraõ criados com elles, e estaõ no costume de comer estes Alimentos, bem pódem continuar no seu uso: porque a criaçaõ, e o costume os tem feito familiares; mas naõ ha de ser comendo com tal excesso, que pela quantidade se façaõ insuperaveis, incoctiveis, e irregulares. E se entre estes manjares acharem algum, que os offenda, livrem-se delle, como de inimigo, que naõ faltaõ outros com que possaõ recrear, e satisfazer o appetite. Já se os Alimentos forem todos da mesma graduaçaõ, ou de qualidades quasi semelhantes como saõ pombos, perdizes, rolas, coelhos, leitaõ, e ainda vacca, vitella, carneiro, e cabrito, que ainda que differem nas qualidades, todos cozerá o estamago do mesmo modo, estes bem se pódem comer a huma mesa, usando moderadamente de cada hum delles: porque, como muitas vezes temos ditto, no tempo da saude, a quantidade dos Alimentos, he a que offende, naõ as suas qualidades; como succede nas doenças, e nos achaques, em que qualquer pequena porçaõ de Alimento inconveniente os aggrava, e acrescenta. Porèm se fórem Alimentos nas qualidades, e natureza differentes, como he a vacca, e o leite, o prezunto, e o peixe, e outros assim causa pódem ser de grandes dannos, se se comerem juntos, porque depravaràõ o cozimento, ou

fer-

fermentaçaõ do estamago, de que rezultaraõ cruezas, corrupçoens, flatulencias, e colicas, e outros males, que só se poderaõ evitar pela boa natureza do estamago, e pela parsimonia com que se usarem. *Dissimilia* (diz Hipocrates) 1. *seditionem movent.* E elegantemente Seneca: *Diversa cibaria inquinant*, & *non alunt.* O que se ha de entender de Alimentos totalmente dissimelhantes, de que se ha de gèrar hum chylo de partes diversas, e contrarias, de que ordinariamente se originaõ os referidos incomodos.

1 *Lib. de flect ib.*

CAPITULO IV.

Da ordem com que se haõ de usar os Alimentos.

1 Como naõ ha mesa taõ simples, que conste de hum só Alimento: e na variedade delles, huns haõ de ser liquidos, outros sólidos; huns tènues, outros crassos, huns de facil, outros de difficultoso cosimento: he necessario saber que ordem se ha de observar no uso delles; se se haõ de comer primeiro os liquidos, que os solidos; primeiro os tenues, que os crassos? Nesta mistura de Alimentos considerou Avicenna 1. taes inconvenientes, que a prohibio expressamente, dizendo, que se se comerem primeiro os Alimentos crassos, de difficil digestaõ, ficaõ depois os tènues, que se cozem primeiro, nadando sobre elles; e naõ podendo sair do estamago, por naõ estarem todos cosidos, corrompem-se na demòra, e por consequencia corrompem os mais, com que estaõ misturados. E precedendo os Alimentos tènues aos crassos, como se cozem primeiro, estaõ no fundo do estamago, vaõ saindo delle, levando comsigo os crassos, sem estarem perfeitamente, cosidos, de que rezultaõ obtrucçoens, e outros dannos gravissimos.

1 3. 1. *Doct.* 2. *cap.* 7.

vissimos. As suas palavras saõ estas: *Sollicitus esse debet sanitatis conservator, ne illud, quod subtile est, & citò diggeritur, post fortè nutriens, quòd sit eo durius in cibo sumat, quia priùs diggerit, quàm ipsum, & super illud natat, non habens viam, quam penetret; putrescit ergo, & corrumpetur, & corrumpet illud, quod ei admiscetur, nec primò comedere debet cibum labilem, ita ut post ipsum cibum fortem, & durum sumat, quoniam cum ipsò labetur, cùm ad intestina penetrabit, eo nondum in tempore diggesto, quantum debeat.* E certo que seria melhor, que a mesa se compusesse de Alimentos taõ semelhantes, que igualmente se cozessem; mas quando isto naõ possa ser, que nunca póde, porque o luxo da gula, busca mais o regalo, que a conveniencia: resta insinuar com que ordem se haõ de tomar estes Alimentos?

2 3. *Accet com.* 22. 2 A esta duvida responde Galeno, 2. dizendo, que se haõ de comer primeiro os Alimentos ténues, que tem mais facil commutaçaõ, e em segundo lugar os crassos, e sólidos, que se cozem com maior difficuldade; o que diz por doutrina de Hipocrates, 1 que reprovou a mulsa, ou aguamel, depois da tisana, por ser aquella de mais tarda diggestaõ: *Verùm* (diz Galeno) *uno mulsæ, ptisanæque exemplo edoctus, universalem hunc accipe sermonem; nam perpetuò ingerenda sunt prius, &c.* E a razaõ he: porque os Alimentos tènues, saõ os que o estamago primeiro coze, e parece justo, que sejaõ os que primeiro se comaõ, porque estando no fundo do estamago, vaõ saindo delle logo em estando cozidos, e comendo-se depois dos crassos, como estes levaõ mais tempo de cozimento, ficaõ aquelles nadando sobre elles, e antes que se destribuaõ, se corrompe, porque naõ pódem passar do estamago, sem que primeiro os Alimentos crassos se cozaõ, e desçaõ ao intestino duodeno.

1 3. *Accet cit.*

3 Mas

3 Mas quem ſouber, como ſoube Hipocrates, e quem naõ ignorar, como ignorou Galeno, o como ſe cozem os Alimentos no eſtamago, achará, que nada importa eſta ordem, e preferencia de huns Alimentos a outros; e que tanto monta comer primeiro os tènues, como os craſſos, os liquidos, como os ſólidos. Os Alimentos no eſtamago cõmutaõ-ſe com a virtude do ſeu acido, por meio de huma fermentaçaõ, na qùal ſe confundem de maneira, que os que eſtaõ no fundo, vem para cima, e os que eſtaõ em cima, vaõ para baixo, e por iſtó importa pouco, que ſe tomem primeiro huns que outros, viſto que na ſua fermentaçaõ todos ſe confundem; e ſe miſturaõ. Ouçamos Ettmullero, 2. que entre os Modernos tem no noſſo conceito, e eſtimaçaõ o lugar primeiro: *Omnia interim per fermentationem inter ſe agitantur, & confunduntur: non ergo ſcrupuloſè adeò certus ciborum aſſummendorum obſervandus eſt ordo; &c.* E ſe iſto aſſim he, que mais monta comer primeiro huns Alimentos, que outros, no que vemos muitas peſſoas taõ obſervantes deſta ordem, que por nenhum caſo haõ de alteralla. O que importa, he uſar dos Alimentos com tal prudencia, que naõ excedaõ o modo, ou moderaçaõ com que ſe devem tomar, que quanto comer primeiro a fruta, que a carne, primeiro o aſſado, que o cozido, iſto he circunſtancia de nenhuma entidade: *Putarim ego* (diz Plempio 3.) *nihil intereſſe hinc, an illi ante devorentur; etenim omnes confunduntur, & commiſcentur interſe in ventriculo, dum fit concoctio, & conficitur ex iis chylus.*

2 *Inſtit. medic. c. de chylificat. fol. mihi. 94.*

3 *Fundam. Medicin lib. 3. fol. mihi. 217.*

4 E ainda eſtando na doutrina dos Antigos, que cuidavaõ, que os Alimentos ſe coziaõ por elixaçaõ: tambem era impertinente a ordem de tomar primeiro huns Alimentos, que outros, preferindo os que mais facilmente ſe coziaõ, por entenderem, que nenhum

 Ali-

Alimento depois de cozido, ſahio do eſtamago, ſem ſe cozerem todos; e que aſſim vinhaõ a corromper-ſe os que primeiro ſe tinhaõ cozido, antes, que os de mais difficil commutaçaõ chegaſſem a receber perfeito cozimento. Porque iſto he falſo; que os eſtamagos, em tendo Alimento, eſtaõ ſempre na acçaõ de chylificar; e tanto que alguma porçaõ delle eſtà cozido, deſce do eſtamago, ſem levar conſigo o que eſtá crù, o qual ſe retem atè receber perfeito cozimento. Ve-ſe iſto nos meninos, que todo o dia andaõ comendo; e em muitas peſſoas, que almoçaõ, e jantaõ, merendaõ, e ceaõ, e ſempre atè mais naõ querer, e lógraõ boa ſaude, o que naõ ſuccederia, ſe o Alimento, que eſtiveſſe cozido, naõ ſahiſſe do eſtamago, atè ſe cozer todo o mais; nem caberia no eſtamago tanta quantidade, e ainda que coubeſſe, ſempre cauſaria alguns dannos: porque ſe corromperia o que eſtiveſſe cozido, ſe naõ ſe deſtribuiſſe antes que o mais ſe cozeſſe.

5 Nem faça dùvida, que ſe retenha o Alimento crú, quando ſe deſtribue o cozido: porque nas obras da natureza eſtamos vendo cada dia ſemelhantes couſas. Depois de comer, muitas vezes daõ os eſtamagos em copioſiſſimos vomitos de humores vicioſos, retendo o Alimento, até o commutar, e ſe deſtribuir: Nas mulheres prenhadas móve muitas vezes a natureza profuſiſſimos froxos de ſangue, rompe em purgaçoens pelas vias do utero, e lança mòlas, ſem excluir a prole, que ſe retem, atè o tempo de ſair a luz com vitalidade. E nas ſuperfetacçoens, que ſaõ huãs prenhezes ſobre outras, ſahe o feto de nove mezes, retendo-ſe o outro, atè ter outros tantos em que naturalmente deve naſcer. Com que por todas eſtas razoens dizemos, que he eſcuzada a preferencia de hũs Alimentos a outros na meſma meſa, e que ſe comaõ

com tal parcimonia, que naõ offendaõ; que he só no que se deve pôr cuidado. Muitas vezes vimos, que algumas pessoas amantes da saude, fugindo de beber agua sobre ovos, bebiaõ primeiro agua, e logo sobre ella comiaõ os ovos, e assim outras cousas mais, taõ ridiculas, como esta. Porque se aquelles Alimentos se ajuntaõ, e se misturaõ logo no estamago, que importa que mais huns, que outros se comaõ primeiro? O que importa, he comellos em tal quantidade, que naõ subvertaõ o estamago, para que elle os possa facilmente transmutar, ou cozer.

CAPITULO V.

Quantas vezes, e em que horas, se ha de comer cada dia?

1 AInda que o corpo humano está em continuo dispendio de sangue, e de espiritos, de que se ha de resarcir por meio do Alimento: nem por isto o haõ de tomar sempre os homens, se naõ a certas horas; em differença dos brutos, que de dia, e de noite estaõ comendo, se bem, que ha gente multivora, que todo, quanto Alimento se lhe offerece, de noite, e de dia, o devoraõ, como irracionaes. A maior parte dos homens come ao jantar, e à cea, e he o que basta para conservaçaõ da natureza, e nutriçaõ do corpo. Outros tambem almoçaõ, e merendaõ. A hora de jantar deve ser das onze, atè meio dia, e a da cea, das nove, atè as dez da noite. E no Estio sempre he conveniente jantar mais cedo, principalmente em regioens quentes; porque o grande calor destroe o appetite, e naõ ajuda os cozimentos. Por isto dizia Avicenna: 1. *Et in æstate melior comedendi hora est, quæ est frigidior.* Os Cavalheros, a quem

1 3. 1. Noct. 2. cap. 7.

ſempre amanhece mais tarde, almoçaõ pelas onze horas; jantaõ pelas duas da tarde; merendaõ, quando a outra gente cea; e vem a cear pela meia noite. Mas assim com esta ordenada desordem, com que foraõ nutridos, e criados, se achaõ muito bem: que saõ grandes os privilegios da criaçaõ, e os poderes do costume. Os rusticos, que trabalhaõ, e se exercitaõ muito, comem, e bebem largamente quatro vezes no dia, sem offensa; nem poderiaõ trabalhar muito, se naõ comessem tanto. Os meninos, sempre andaõ comendo; porque o seu grande calor innato, e a actividade do seu acido estomacal tudo quanto comem, lhe cozem, e digerem facilmente.

2 Isto he o que commummente vemos. E verdadeiramente, que se naõ póde estabelecer para todos sobre este negocio huma regra certa; porque huns necessitaõ de comer mais, outros menos vezes, huns a humas, e outros a outras horas; huns haõ de mister almoço, e merenda, outros escuzaõ-nos. No que aconselhamos, que observe cada qual o uso, e costume em que está posto com utilidade sua. Quem for costumado a comer quatro vezes no dia: quem almoçar, e merendar, sem que por isto perca o jantar, ou a cea, almóce muito embora, e merende, segundo o seu uso, e com esta regra vá vivendo, em quanto della lhe naõ resultar algum danno; que aquillo em que está posta a natureza, he o que a recrêa, e ella o appetece de sórte, que àquellas horas, em que costumamos comer, se o Alimento se retarda, ella se lembra delle, porque logo sentimos algumas succçoens no estamago, com que parece que o está pedindo.

3 Duas cousas advertimos nesta materia; huma he, que aos almoços, e merendas se tome taõ pouco Alimento, que naõ sirva de embaraço para jantar, e cear às horas costumadas. A outra he, que ninguem coma,

coma, em quanto o estamago naõ tem cozido o Alimento antecedente: porque sobre naõ ter necessidade de Alimento, em quanto está occupado com elle, serà causa de se preverter o cozimento, e de haver indigestoens, colicas, flatulencias, e outros mais dannos, que de semelhante desordem pódem resultar. E por isto se naõ póde determinar hora certa, e invariavel para comer; se naõ que isto se ha de governar pelo cozimento do estamago, que ordinariamente se faz em sette, ou oito horas; ainda que em algumas pessoas se farà mais cedo, em outras mais tarde, segundo a actividade do seu accido, e a qualidade do Alimento, que tiverem comido. Quem jantou pelas onze horas, e segundo o seu costume ha de cear pelas dez, se a estas horas naõ estiver commutado, nem diggerido o Alimento do jantar, naõ deve cear nesta hora, se naõ esperar que isto se faça, ainda que seja muito mais adiante; ou ficar sem cea, tomando qualquer cousa leve, ou naõ tomando nada, que naõ serà peor, para que o cozimento do jantar melhor se faça. Advertindo mais, que assim como he nocivo comer, antes de haver o estamago cozido o Alimento, tambem he prejudicial deixar de comer estando inanido; porque os estamagos, quando naõ tem Alimento, fazem humas sucçoens com que attrahem das partes vizinhas os humores viciosos, de que se offendem muito; e por esta causa ha muitas vezes vertigens, vomitos, e dores de estamago, que se evitaõ comendo pelas manhãs. Por isto aquellas pessoas, cujos estamagos cozerem em poucas horas o Alimento, necessitaõ de almoçar, e merendar, para os occupar com alguma cousa, atè que hajaõ de jantar, e cear. Finalmente, o comer, e beber na saude, ha de ser, quando houver fóme, e quando houver sede, Naõ se ha de comer, em quanto o estamago estiver occupado de

Alimento; mas tanto que estiver vazio, logo se deve occupar com outro; e por aqui saberá cada qual a que horas ha de comer, He doutrina de Avicenna,
1 1. proferida nestas palavras: *Oportet præterea, ne aliquis comedat, nisi post desiderium; neque in hoc tardetur, cum desiderium fuerit excitatum.* Alguãs pessoas voluntariamente se poem no uso de naõ cear, e comem sómente ao jantar; o que naõ louvamos: porque sendo bom cear pouco, havendo jantado muito, entendemos, que serà nocivo o pôr no habito de naõ cear: porque, como temos ditto, o estamago em naõ estando occupado de Alimento, attrahe os humores viciosos das partes vizinhas, de que nascem muitos incommodos, que ceando levemente se pódem prepedir. E se houver quem diga, que passando sem cea, se acha muito bem, observe o seu costume; mas os que o naõ tiverem, naõ se ponhaõ nelle.

1 3.1. Doct.2. cap.7.

CAPITULO VI.

Se o jantar ha de ser maior que a cea, ou se a cea maior que o jantar.

1 ESta he a questaõ mais contenciosa, que ha entre os Dietarios; huns resolvem a favor do jantar, outros a favor da cea, e por ambas as partes militaõ razoens forçosas. Os que dizem que a cea deve ser mais liberal, que o jantar, parece que tem por
1 si a sentença de Hipocrates, 1. que aconselha maior Alimento às noites, que de dia: *Manè sorbitionem dabis, serò autem ad cibaria te conferes.* O mesmo
2 ensina Galeno, e 2. affirma, que elle o fizera, como nas suas obras poderàõ vèr os curiosos. 3. As razões
3 em que se funda esta opiniaõ, vem a ser: porque este era o costume dos Antigos, que comiaõ parcamente ao

1 1. Accet 25.
2 7. Meth 6.
3 6. De sanit. 7.

ao jantar, e á noite ceavaõ com largueza, e assim vivíaõ seculos com saude.. Além de que, de noite com o sono, e com a quietaçaõ do corpo, coze-se muito melhor o Alímento, do que de día, com o trabalho, e com a vigilía; porque no sono recorre o calor ao estamago, e recorrem os espiritos, que na vigilia se expandem às partes extremas, e externas. Mais: Porque da cea atè o jantar vai muito mais tempo, que do jantar atè à cea, e por isto se cozerá melhor o Alimento, que se comer à noite, aínda que seja copioso, do que ao jantar, pelas poucas horas, que ficaõ entre elle, e a cea.

2 Os que dizem que o jantar deve ser maior que a cea, fundaõ-se em que de día se faz muito melhor o cozímento do estamago, do que de noite; o que mostraõ; porque havendo menos horas do jantar atè á cea, do que da cea atè o jantar, temos mais fome à noite antes de cear, do que pela manhã quando acordamos. E se o Alímento da cea se cozera melhor, que o do jantar, naõ só havería fome de manhã, se naõ pela meia noite, e em qualquer outra hora em que ninguem a sente. Confirma-se: porque os que de noite estaõ vigilantes, tem mais fome, que os que dormẽ, quando os acordaõ; o que succede porque na vigilia se faz melhor o cozimento de estamago, e por isto Hipocrates 1. disse que a vigilía era voràz: *Vigilia vorax*. E se no sono se cozera melhor o Alimento no estamago, sería util dormir logo de pois de comer, tempo em que o sono he prohibido. Ultimamente favorece esta opiniaõ a experiencia de que os homens, que ceaõ pouco, passaõ muito melhor as noites, que os que ceaõ muito: e por nenhuma outra causa he, se naõ, porque como de noite se naõ faz taõ bom o cozimento do estamago, os que comem muito, passaõ mal, pelo enfado com que o estamago coze,

1 *6. Epid. sect. 4. aphor.* 20.

ou naõ póde cozer tanto Alimento, e por isto na Escola de Salerno se diz, que o cear muito offende o estamago, e se recomenda parcimonia de alimento nas ceas, para passar as noites com socego:

Ex magna cœna stomacho fit maxima pœna.
Vt sis nocte levis, sit tibi cœna brevis.

Assim fazia aquelle Grãmatico Telepho, de quem conta Galeno, 3. que vivera perto de cem annos, naõ comendo às noites mais, que hum pequeno de paõ com vinho. E affirma Cardano, que vira muitos homens de cem annos de idade, os quaes lhe disseraõ, que sempre ceàraõ pouco, e entende que por isso viveraõ muito.

3 5. *De sanit. tuend.*

3 Nós, sem embargo de razoens taõ vàlidas, nem dizemos, que o jantar haja de ser maior, que a cea, nem que a cea haja de ser maior que o jantar. O que julgamos he, que naõ excedendo os limites da moderaçaõ, naõ importa que a cea seja maior que o jantar, nem que este seja mais largo que a cea. De sórte que havemos de comer com tal moderaçaõ, que naõ demos em huma saturaçaõ, que nos offenda; senaõ que havemos de comer, atè rebater as forças do appetite, e naõ atè o enjoar; e isto tanto ha de ser ao jantar, como à cea. Quem tiver jantado bem, se à cea tiver mais fome, e quizer comer mais quantidade, que ao jantar, faça muito embora maior a cea, como naõ passe as raias de moderado, de maneira que chegue a huma nimia fartura, que he o que sempre reprovamos, sobre o que se veja o que dissemos no Capitulo segundo desta Sessaõ. Quem a horas de cear tiver menos appetite de comer, do que ao jantar, coma menos, e faça a cea menor, que o jantar. E desta sórte se governe na saude, sem ficar obrigado ás leys

leys do jantar, nem da cea maior, ou menor: obſervando ſempre os preceitos de moderado, por naõ vir a dar na infelicidade de queixoſo. E por eſte modo ſe evita a contenda de ſer o jantar, ou a cea hum maior que outro.

4 Os Antigos faziaõ grandes as ceas, mas he porque jantavaõ muito menos do que hoje ſe almoça; que ſe o jantar fora grande, ſem duvida, que fariaõ as ceas menores. Se houver quem queira obſervar eſte coſtume, nem por iſſo viverà tanto como elles; que ſe chegàraõ a viver ſeculos, era pelo vigor da natureza, que no tempo preſente eſtà mais debilitada, e por iſſo naõ póde durar tanto. Nem he certo que de noite, com o deſcanço do ſono ſe coza melhor o Alimento, que com o trabalho do dia: porque vemos muitos ruſticos, que comendo quatro vezes no dia, e ſempre muito, logo que acabaõ de comer, trabalhaõ com grande violencia, e cozem muito bem o que comem. Aſſim como tambem vemos outros q̃ ceando moderamente, e paſſando com ſocego toda a noite, tem pela manhã perdido o eſtamago, porque naõ fez bom cozimento, ſem embargo de cearem pouco, e de dormirem muito. E nem porque os Antigos tiveſſem o coſtume de fazer as ceas maiores que o jantar, devemos imitallos no ſeculo preſente, em que eſtaõ reprovadas muitas couſas, que elles obſervavaõ. E jà os naõ imitamos na hora de cear: porque os Romanos, comendo pouco ao jantar, ceavaõ com tres horas de Sol, de ſórte que quando ſe recolhiaõ a dormir, jà levavaõ o cozimento quaſi feito.

5 Havendo de fazer as ceas differentes dos jantares, naõ temos dùvida, que ſendo o jantar largo, he melhor, q̃ ſeja a cea parca; porq̃ naõ tendo ainda ſahido bem o eſtamago do trabalho de cozer o muito Alimento

mento do *jantar*, naõ parece conforme às leis da boa dièta, onerallo, e opprimillo com huma grande cea, com que paſſarà a noite inquieto, e afflicto; o que naõ ſuccederà ceando pouco: qué ordinariamente he bom cear menos, para deſcançar mais, tendo ſido o jantar largo; ao que parece que allùdio Salamaõ, 1. quando diſſe: *Somnus ſanitatis in homine parco, dormiet uſque manè, & anima illius cum ipſo delectabitur.* Quem jantar com Celſo, deve cear com Plataõ. Celſo fazia os jantares mui largos. Plataõ fazia as ceas mui leves; e a eſta parcimonia ſe attribuio a larga idade que viveo. O certo he, que de cear muito, depois de jantar com exceſſo, ſe grangeaõ achaques, e muitas vezes mortes repentinas, do que jà fallou Juvenal, 2· quando diſſe.

1 Eccleſ. 31.

2 Satyr. 1

Hinc ſubitæ mortes, atque inteſtata ſenectus.
It nova, nec triſtis per cunctas fabula cœnas.

CAPITULO VII.

Se os Alimentos da cea, devem ſer differentes dos do jantar?

1. DEo occaſiaõ a eſta duvida, o vermos que muitas peſſoas fogem de comer às noites certos Alimentos, de que uſaõ ao jantar ſem reparo; entendendo, que de noite lhos naõ receberà taõ bem o eſtamago, como ſe elle ſoubera, quando he dia, ou quando he noite, ou que lhe faraõ danno nas ceas, os que julgaõ convenientes ao jantar. Aſſim vemos, que a maior parte da gente em Lisboa come peixe às noites, cuidando que os que naõ poderem comer huma gallinha, ou huma perdiz, ſe offenderàõ com a vacca, e com o carneiro, de que compoem a meſa

ao jantar; ſendo eſta, a meu vér, huma das cauſas de haver tantos eſtillicidios, e defluxoens, tantas toſſes, e tantas tiſicas, como experimentamos: que iſto dá de ſi o nimio uſo de peixe, que ſe poderà evitar ceando carne. Aſſim vemos tambem outros, que naõ duvidando de comer ao jantar com largueza laranjas da China, às ceas por nenhum caſo comeràõ huma. E deſte modo fazem com outras muitas couſas, que reprovaõ às noites, e de que uſaõ de dia. No que nos pareceo dizer, que o Alimento, que ſe naõ póde comer à cea, tambem ao jantar ſe naõ deve comer; porque do ſer dia, ou do ſer noite, naõ ſe ha de tomar fundamento para approvar, ou reprovar os Alimentos, quando naõ ha outra cauſa particular, que, ſe ſe acha em alguma peſſoa, naõ ſe póde achar em todas.

2 No que toca ao comer peixe às noites, diraõ, que as ceas ſe devem fazer leves, como aconſelhamos no Capitulo antecedente, e que aſſim ſaõ as que conſtaõ de peixe, e celada, como ordinariameute ſe faz neſta terra; e ſe foſſem de carne, dariaõ maior enfado ao eſtamago, e perturbariaõ o ſono, e quietaçaõ, que ſe deve deſejar muito de noite, para deſcançar do trabalho do dia. A iſto reſpondemos: que he verdade, que as ceas leves ſempre ſaõ melhores; mas que o ſerem leves naõ conſiſte ſó em ſerem de peixe, que ainda que ſe coze com facilidade, e dà pouco trabalho ao eſtamago; tambem de peixe ſe podem fazer as ceas largas, e aſſim ſe fazem commummente. Quem às ceas ſe fartar de peixe, e de celada, he certo que pelo exceſſo com que comer, darà trabalho ao eſtamago, e poderà cauſar colicas do eſtamago, e ventre, e muito mais ſe uſar de varias iguarias que fazem de peixe, de que ordinariamente naſcem defluxoens de eſtillicidios, eſquinencias, toſſes, dores de ouvidos, reumatiſmos, e outros dan-

nos,

nos, que costuma causar o muito peixe, e celadas. De carne se podem fazer parcas as ceas; que na quantidade està todo o pezo deste negocio. Quem ao jantar comer com excesso, he justo que se haja com parcimonia na cea, e assim o póde fazer comendo carne, e daquelles Alimentos de que usa ao jantar, deixando o peixe, que a Igreja deo por penitencia, para os dias em que ella prohibe a carne. E ultimamente, os que tem boa saude, comaõ com moderaçaõ quaesquer Alimentos, que quizerem, assim ao jantar, como à cea, tendo entendido, que os que se podem comer de dia, naõ ha razaõ para os reprovar de noite.

CAPITULO VIII.

Se he melhor comer assado, se cozido?

1 ESCrevendo nòs esta obra para os sãos, escusado parece tratar o ponto presente, porque muitas vezes temos ditto nos Capitulos antecedentes, que as pessoas que tem saude, pódem comer os Alimentos de que gostarem, da maneira que quizerem, naõ excedendo a moderaçaõ, que sempre recomendamos. Porèm naõ serà desacerto dizer, se he melhor usar dos Alimentos assados, se dos cozidos? E já se vè que de serem os Alimentos cozidos, ou assados, naõ se lhe muda a natureza; mas ha entre elles esta differença, que os cozidos tem mais facil commutaçaõ, ou cozimento no estamago, e nutrem menos do que os assados. E estes, como ficaõ mais duros, cozem-se com mais difficuldade, mas nutrem melhor do que os cozidos. Por cujas causas, louvamos, e preferimos os assados, como mais nutrientes, que he o fim para que se tomaõ os Alimentos, dos quaes, o que mais nutre, he o que melhor utiliza; e ainda que se

cozaõ em mais algum tempo, do que os cozidos, que importa mais huma hora de dilaçaõ no cozimento do estamago, quando se lucra melhor nutrimento no corpo? Mostra-se que nutrem mais os Alimentos assados, que os cozidos: porque estes largaõ no cozimento a maior parte da humidade substantifica, e alimental, com que haviaõ de nutrir, e ficaõ mais seccos, que os assados, nos quaes, quando se assaõ, se faz huma codea por fóra, e dentro se conserva toda a humidade nutriente, com que impinguaõ, e nutrem muito melhor, que os cozidos. E por isto alguns Praticos de boa nota dizem, que os hecticos, que necessitaõ de se humedecerem, e nutrirem, comaõ os Alimentos assados, por haver nelles mais humidade, que nos cozidos, sobre o que se veja, o que dissemos na nossa Medicina Lusitana, propondo a dieta devida aos que padecem a febre hectica. E dos Alimentos assados, querem que se entenda aquelle Aphorismo de Hipocrates, 1 1. em que diz, que o Alimento humido he conveniente, *Aphor.* para os que tem febre: *Victus humidus febricitantibus omnibus conve-nit*. 16. Por haver nos Alimentos assados a humidade, que falta nos cozidos.

2 Se nos disserem, que se os Alimentos cozidos ficaõ mais seccos, e menos nutrientes, por largarem no caldo a sua humidade sustantifica, com que haviaõ de nutrir, e que quem beber o caldo, e comer a carne cozida, ahi tem toda a humidade, com que se nutrirà muito melhor, que com o assado: Responderemos: Que he verdade, que os caldos das carnes nutrem muito bem os corpos: mas ainda com elles, e com a carne cozida, se naõ nutriràõ tambem, como com os assados, porque ainda que pareça, que no caldo, e na carne, que nelle se cozèo, vaõ todas as partes, que se conservaõ nos Alimentos assados, isto he engano: porque no tempo do cozimento se perdem

as

as partes tenues, volateis, e espirituosas, que o fogo dissipa, e ainda que estas partes naõ sejaõ as que mais nutrem, saõ muito conducentes para boa nutriçaõ; porque servem para se diggerir, e destribuir bem o chylo; e depois daõ de si hum sangue mais espirituoso, que o faz circular com facilidade, circunstancia muito principal para bem nutrir. E por isto nos parece, que devem preferir os assados aos cozidos. Quem estiver falto de nutriçaõ, póde beber os caldos dos Alimentos cozidos, e comer os assados, que desta sórte se nutrirà melhor.

CAPITULO IX.

Do Alimento proprio para cada idade, e temperamento.

1 CHamaõ-se idades aquelles espaços de tempo, que ha entre as mudanças, que no discurso dos annos se experimentaõ na constituiçaõ do corpo humano, de que saõ quatro as principaes differenças. A puericia, que se conta desde o principio da vida, atè o anno vigesimo quinto; e inclue em si a infancia, que huns contaõ atè o quinto, outros atè o settimo anno, sendo a puericia atè os quatorze; a puberdade, que se extende atè os desoito, e a adolecencia, que chega dos desoito atè os vinte, e sinco. A segunda idade he a juvenil, que se conta desde vinte e sinco annos, atè os trinta e cinco, ou quarenta annos. A terceira he a consistencia, que chega desde estes annos, atè os quarenta e cinco, ou cincoenta. A quarta he a senilidade, que se conta desde os cincoenta annos, atè o fim da vida. Todas estas idades devem ter Alimento differente, e particular.

2 A puericia, que he huma idade, em que ha grande

de calor, quer por eſta razaõ Alimentos refrigerantes, e por ſer idade em que crece, e ſe augmenta o corpo, neceſſita tambem de Alimentos humidos, com que ha de ſer a dieta dos meninos fria, e humida, o que conheceo Plataõ, 1. quando advertio que neſta idade ſe naõ bebeſſe vinho, porque ſeria excandecer o calor do corpo como o calor do vinho: *Quia ignem igni addere non oportet*. De que ſe ſeguem varios dannos, em conſideraçaõ dos quaes fez Galeno 2. a meſma prohibiçaõ. O que quizeramos que advertiſſem aquelles pays, que criaõ ſeus filhos com vinho, e com chocolate, com chà, com caffé, e outras bebidas quentes, e deſſecantes, com que naõ ſó ſe augmenta o calor, mas tambem ſe póde inhibir o augmento das partes do corpo, para o que neceſſita de humidade; por cuja cauſa entendeo Hipocrates, 3. que os Alimentos humidos eraõ mais neceſſarios aos meninos, do que ainda aos febricitantes: *Victus humidus febricitantibus omnibus convenit, maximè verò pueris*. E naõ ſó haõ de ſer os Alimentos neſta idade frios, e humidos, ſe naõ que ſe haõ de tomar em maior copia, que em todas as mais idades, por razaõ do muito calor della, e do augmento do corpo; porque eſte com pouco Alimento naõ ſe póde augmentar; mas antes ſe extenuarà ſe o Alimento naõ for tanto, que com elle ſe naõ poſſa promptamente reparar a ſuſtancia, que o grande calor gaſta em hum corpo taõ raro, e molle, como he o dos meninos. Tudo iſto he conforme à doutrina de Hipocrates, 1. quando diſſe: *Qui creſcunt, plurimum habent calidi innati, plurimo igitur egent alimento, alioqui corpus abſumitur*. Na puberdade, e na adolocencia, em que he mais temperado o calor, deve ſer o Alimento mais moderado, aſſim nas qualidades, como na quantidade; menos em tudo, que na puericia; porèm mais que

em

1 2. *De legib.*

2 1. *De Sanit. tuend.* 9.

3 1. *Aph.* 16.

1 5. *Aph.* 14.

em todas as outras idades.

3 Na idade juvenil, em que ha grande calor, e seccura, tambem devem ser os Alimentos frios, e humidos, como na puericia; mas com esta differença, que na puericia, he preciso, que sejaõ os Alimentos liquidos, molles, e de mais facil cozimento, e na juvenilidade, mais solidos, ainda que de cozimento mais difficil: porque o estamago nesta idade mais robusto os poderà melhor cozer. Haõ logo de prohibir-se nestes annos os Alimentos quentes, e seccos; particularmente o vinho, com o qual entendeo Gale-
2 no, 2. que se fariaõ os mancebos, que o bebessem,
Loc. cit. irados, e libidinosos.

4 A consistencia, e a senilidade, que saõ idades frias, e seccas, querem Alimentos quentes, e humidos, entre os quaes tem o primeiro lugar o vinho, que communmente se chama o leite dos velhos; porque vigora o seu calor, ajuda a cozer o estamago, dissipa os flatos, que resultaõ das suas cruezas, refaz as forças, regenera os espiritos, em que ellas consistem, alegra o coraçaõ, e rebate as forças da melan-
3 colia, razoens todas, porque entendeo Plataõ, 3. que
2. De leg Deos Senhor N. dera aos homens o vinho para auxilio da senilidade: *Deus vinum hominibus, quasi auxiliare adversus senectutis austeritatem pharmacum, largitus est, ut rejuvenescere videantur, & mæstitiæ nos oblivio capiat, atque ipse hominis habitus mollis, è duro factus, ut ferrum igni impositum, tractabilior fiat.* A quantidade do Alimento nesta idade, deve ser menos, que nas outras; porque o pouco calor natural do estamago nos velhos, e a debilidade do seu
4 acido, naõ pedem muita copia de Alimento, como
1. App. disse Hipocrates 4. por estas palavras: *Senibus pa-*
14. *rum innati calidi inest, paucis propterea fomitibus eget, quia à multis extinguitur.* Do que fica ditto das

das idades, consta qual haja de ser o Alimento dos temperamentos. Os quentes, e seccos, querem Alimentos frios, e humidos; e assim os maes pedem dieta de qualidades contrarias.

CAPITULO X.

Do Alimento proprio de cada tempo do anno.

1 ASsim como nas idades, tambem nas quadras do anno se haõ de usar differentes Alimentos. No Inverno, que he frio, e humido, haõ de ser quentes, e seccos; naõ só por se contrariarem às qualidades hyemaes, mas para gastar, ou temperar as muitas serosidades, e fleumas, de que os corpos abundaõ. E como nesta estaçaõ tem os estamagos maior calor, por isto se ha de comer mais, do que em qualquer outro tempo, como expressamente advertio Hipocrates, 1. dizendo: *Ventres hyeme, & vere natura calidissimi sunt, & somni longissimi; quare per ea tempora alimenta copiosiora sunt exhibenda. Etenim tunc calor nativus plurimus est, unde, & pluribus egent alimentis.* Ha de tomarse maior porçaõ de Alimento no Inverno, mas ha de beberse menos pelas muitas humidades com que nesta quadra estaõ repletos os corpos. Neste tempo he conveniente o vinho, o chocolate, o caffé, e o chà; agua-ardente, rosà solis, e outras bebidas, de que em todos os tempos do anno usa, ou abusa a maior parte da gente.

1 1. *Aph.* 15.

2 Na Primavera, que se segue ao Inverno, na qual he o ar temperado, sem excesso de calor, nem de frio, tambem devem ser temperados nas qualidades os Alimentos. E como os estamagos nesta quadra tem maior calor, como disse Hipocrates no aphorismo acima exposto, ha de tomarse Alimento mais copi-

oso, que em qualquer outro tempo, exceptuando o Inverno.

3 No Estio, que he quente, e secco, haõ de ser os Alimentos frios, e humidos, para temperar o excessivo calor, e seccura do ar, a que parece que attendeo o Autor da natureza, concedendo as muitas frutas, que nesta quadra temos, para que os corpos se podessem refrescar, e humedecer com ellas. Neste tempo saõ de grande utilidade os sorvetes, limonadas nevadas; agua de neve, abstendo de chocolate chà, e caffé; de que se usarà no Inverno, como temos ditto. O Alimento serà moderado, porque como o calor do estamago neste tempo està menos vigoroso, naõ poderà cozer bem, se o Alimento for muito. Por esta razaõ cuidaõ alguns, que no Estio he mais necessario beber vinho, que no Inverno; por haver neste tempo mais calor nas entranhas, do que no Estio. Porèm enganaõ-se, porque quando o ar està taõ frio, e humido, como no Inverno, necessitaõ os corpos de Alimento com que resistaõ à nimia frialdade, e humidade, que os póde offender. E no Estio tem indigencia de Alimentos frios, e humectantes, com que resistaõ ao grande calor, e seccura do ar, que com uso do vinho se augmentaria, de sórte, que causasse algũs incommodos, como experimentaõ os bibulos, que no tempo quente buscaõ refresco no vinho, que os esquenta, e abraza; e havendo de ajudar a cozer o Alimento, antes o esturra, e queima; de que se segue haver maior porçaõ de colera na massa do sangue, que he causa de dores ictericas, de colicas quentes, de diartheas, e dysenterias, e outros dannos maes, que remedeaõ os leites, os soros, as limonadas, as emulsoens, e os banhos de agua tepida, com que os humores se enfreaõ, e o corpo se contempera. E como o cozimento de estamago naõ depende tanto do

seu

ſeu calor, como da valentia do acido fermentativo, que he o que diſſolve, e cõmuta os Alimentos, como diſſemos no Capitulo primeiro deſta Seſſaõ: naõ ſe faz taõ preciſo o vinho, ainda que o calor ſeja pouco vigoroſo, e mais utilidade ſe reconhece às vezes em hum pequeno de vinagre forte, ou em qualquer outro azedo, com que o acido eſtomacal ſe vigora, que nos remedios balſamicos, e quentes, com que o eſtamago ſe aquenta, e ſe offende.

4 No Outono, que he frio, e ſecco, ha de ſer o Alimento quente, e humido, principalmente na parte que for mais chegada ao Eſtio; que na parte, que for mais vizinha ao Inverno, ſerà o Alimento quente, e ſecco.



SESSAÕ III.

DOS ALIMENTOS EM PARTICULAR

CAPITULO I.

Do Paõ de trigo.

1 HE o Paõ o melhor, e mais commum Alimento de quantos usaõ os homens: porque sobre ser como triaga, e correctivo de todos aquelles com que se mistura, he o que mais sustancialmente impingua, e nutre o corpo, e por isto resenhando o Salernitano 1. os Alimentos mais nutrientes, pôz em primeiro lugar o trigo, de que o Paõ de que fallamos se fabrica:

1 Cap. 9.

Nutrit triticum, & impinguat, lac, caseus infans.
Testiculi, porcina caro, cerèbella, medulla,
Dulcia vina, cibus gustu jucundior, ova
Sorbilia, & ficus maturæ, uvæque recentes.

E assim como sem Paõ toda a mesa ainda que esplendida, he defectuosa, tambem sem elle naõ haverà nutriçaõ sólida, e perfeita. He o trigo, e o Paõ, que

que se faz da sua farinha, moderado no calor, e nas maes qualidades temperado. Ha de escolherse o que for duro, denso, pezado louro, claro, e leve, maduro, limpo, e criado em terra forte, e pingue, e colhido de tres mezes. O trigo tremez, que se chama assim, porque em tres mezes se semea, e se colhe, como tem estado menos tempo na terra, he mais meudo, mais brando, e menos nutriente.

2 Da farinha de trigo bem limpa do farello, se faz o melhor Paõ a que chamaõ siligineo; em differença do Paõ de rala, que he feito das semeas, e farellos. Aquelle nutre muito; este move o ventre, em razaõ dos farellos; os quaes, ainda que sejaõ quentes, e seccos, tem huma virtude abstersiva, e detergente, com que facilita a evacuaçaõ dos excrementos: e por isto algumas pessoas constipadas de ventre, comem Paõ menos limpo dos farellos, para se laxarem com elle.

3 O Paõ para ser bom, naõ basta só que seja feito da flor da farinha, se naõ que ha de ser bem fermentado, bem cozido, leve, espongioso, amassado com moderado sal, e cozido, de vinte, e quatro horas. Ha de ser bem fermentado: porque o fermento incinde, e attenua a pasta viscida da farinha, introduzindo-lhe muitas partes aereas, com que a massa se eleva a maior grandesa; ficando o Paõ espongioso, leve, e oculado, como vulgarmente se diz. E sendo mal fermentado, fica o Paõ asmo, pezado, e mal cozido, gravando o estamago, que o naõ póde cozer bem, e causando obstrucçoens. Ha de ser bem cozido: porque naõ sendo assim, opprime o estamago, e coze-se nelle com difficuldade, dando de si flatulencias, e obstrucçoens, como o Paõ mal fermentado. Ha de amassarse com modico sal: porque he preciso algum, para que o Paõ se naõ corrompa, e para que

a sua substancia crassa, e viscida se attenue com elle; e se o sal for muito, farà o danno de seccar, naõ só o Paõ, mas o corpo, que delle se nutrir. Ha de ser molle o Paõ, e cozido de vinte e quatro horas: porque depois de duro, e antigo, coze-se mal, grava o estamago, e constipa o ventre. E naõ se ha de comer logo que sair do forno: porque tem huma lentura com que incha o estamago, e obstrue as entranhas, e se se come quente, com o empireuma, que traz do forno, offende muito o calor natural, e perturba os espiritos, o que se evita comendo-o frio. O para que serve o Paõ quente, he para com o seu cheiro roborar o coraçaõ, principalmente sendo borrifado com vinho; remedio com que se acode às sincopes, e com que o Philosopho Democrito conservou tres dias a vida, que acabou de cento e nove annos, segundo escreve Diogenes Laercio, de quem se transcreveo, e converteo em Latim o seguinte Epigramma.

Quisquis tam sapiens visus, qui tale patrarit
Unquam, quale sciens omnia Democritus?
Qui per tres tenuit præsentia fata dies, &
Illa recens cocti panis odore aluit,

4 A parte mais nutriente do Paõ, he o meolo; as codeas nutrem pouco, e seccaõ muito; geraõ humores melancolicos adustos, principalmente sendo queimadas, como ordinariamente he a codea inferior; donde nasceo o versiculo da Escola de Salerno.

Ne comedas crustam, choleram quia gignit adustam.

No fim da mesa, dizem commummente os Escritores, que bem se póde comer huma codea de Paõ, que naõ seja queimada, principalmente os que forem humidos do estamago, para constringir, e apertar a

sua

ſua bocca, e o ajudar a cozer. Porêm iſto he engano: porque a codea de Paõ, que deſſecca, e adſtringe, como ha de ajudar a cozer o Alimento, quando iſto ſe faz diſſolvendo, liquando, e tranſmutando? E o comer as codeas para eſte fim ao fechar da meſa, he outro erro: porque por virtude da fermentaçaõ do Alimenro, tudo ſe confunde, e ſe miſtura, como já diſſemos no Capitulo 4. da Seſſaõ antecedente; e tanto importa comellas no fim, como no principio.

5 Aqui advertem os Dietarios: que ainda que o Paõ he taõ bom Alimento, que prefere a todos os maes na nutriçaõ do corpo: que ſe naõ coma em tanta quantidade, que offenda; porque ſeraõ os ſeus dannos graviſſimos, em razaõ de que o Paõ tem huma ſuſtancia glutinoſa, com que nutre muito, mas comendo-ſe em nimia quantidade, naõ ſe attenùa, nem ſe rarefaz, e finalmente naõ ſe coze bem no eſtamago, de que ſe ſeguem obſtrucçoens nos vaſos chyleiticos, e oppreſſoens no eſtamago; donde naſceo aquella vulgar paremia, ou axioma ſem author, de que ſendo màs todas as ſaturaçoens de Alimento, as de Paõ ſaõ peiores: *Omnis ſaturatio mala, panis verò peſſima.* Sobre o que nos pareceo dizer; que he verdade, que ſerà mui nociva a ſaturaçaõ de Paõ, ainda que bem fermentado, e bem cozido; naõ ſó por ſer glutinoſo; mas porque o Paõ no eſtamago ſe leveda outra vez com o ſeu fermento, e crece muito mais, aſſim como no panificio crece a maſſa, quando ſe fermenta; e comendo-ſe em nimia quantidade até ſaturar, e encher o eſtamago, virà a crecer de maneira, que naõ caiba nelle, e por eſta razaõ o dilate, comprimindo a vea aorta deſcendente, que fica debaixo da parte eſquerda do eſtamago, e às mais veas, e arterias vizinhas, de ſórte, que por apertadas, naõ poſſa circular o ſangue livremente por ellas, e và eſtagnando,

nando, e detendo-se nos vasos, de maneira, que cause huma apoplexia, huma syncope, e huma suffocaçaõ, como muitas vezes tem succedido aos glotoens, que comendo com grande voracidade, exhalàraõ a alma com a fartura, que o estamago lhe naõ póde regular.

6 Porèm isto, q̃ se teme da saturaçaõ de Paõ, igualmente se póde temer de qualquer outra saturaçaõ de Alimentos: porque quaesquer delles comidos com tal excesso, que gravem o estamago de maneira, que os naõ possa regular, nem cozer, faraõ huma saciedade, que cause gravissimos dannos, segundo a doutrina de Hipocrates, 1. que prohibio igualmente toda a saturaçaõ de Alimentos, ainda dos melhores, sem condennar com particularidade algum delles: *Ex optimis* (diz Hipocrates) *tum cibis, tum potibus, corpori pro sanitate tuenda destinatis, & morbos, & ex morbis mortes suscitari, si vel imtempestive, vel pleniori, quàm par sit, manu ingerantur.* Com que sendo màs todas as saturaçoens de Alimento, naõ ha particular razaõ para dizer, que a de Paõ he peior que todas: mas antes entendemos nós o contrario; porque ha Alimentos, que naõ só pela quantidade, mas pelas pravas qualidades de que saõ dotados, pòdem offender insignemente a natureza; o que naõ se acharà no Paõ; que sobre ser benigno nas qualidades, offenderà menos que os outros pela quantidade, por ser Alimento muito familiar à natureza, e por isto se dà bem com ella; de maneira, que achando-se em varias pessoas aversaõ a alguns Alimentos, ainda nos naõ consta, que houvesse alguma, que fóra de doença, naturalmente aborrecesse o Paõ. Injustamente se condenna logo por peior a saturaçaõ do Paõ, em cuja defensa escreveo largamente o celebre Gaspar dos Reis Franco *na questaõ* 75. do seu jucundissimo *Campo Elysio,*

1 4. Apid. 20

Elysii, onde se póde ver o principio, que teve esta proposiçaõ, *Omnis saturatio mala, panis verò pessima*; e as razoens, e fundamentos com que mostra o contrario.

CAPITULO II.

Do Paõ de centeio, de milho, de cevada, e avea, e da farinha de pào, de que se usa no Brazil.

1 O Paõ de centeio he o sustento da maior parte de Portugal, e de Galiza. Chamàraõ-lhe centeio os Castelhanos, dizendo, que produzia tanto, que cada graõ de semeadura dava cento. He o centeio frio, e secco, e o Paõ, que delle se faz he, pezado, glutinoso, e de difficil cozimento. He proprio para homens rusticos, e trabalhadores, que usaõ delle sem offensa; o que naõ succederia a pessoas de vida sedentaria, e ociosa. Naõ entra este Paõ em mesas nobres, para as quaes sempre se procura o trigo.

2 Do milho grosso se faz tambem Paõ, que sustenta quasi toda a Provincia de Entre Douro, e Minho. He frio, e secco como o centeio, coze-se com difficuldade, e he menos nutriente, sendo, que as pessoas, que se criàraõ com milho, pela familiaridade que tem com a natureza, se nutrem muito bem com elle.

3 Na falta destes Paens, se faz tambem Paõ de cevada, de que só a pobreza usa, porque nem he Paõ de bom gosto, nem de boa nutriçaõ. He a cevada fria, e secca, e tem virtude abstergente, assim no graõ, como na casca, ainda que esta he mais abstersiva, e mais secca. Da cevada pilada se fazem caldos mui nutrientes, com gemas de ovos, e assucar, que saõ bons para naturezas quentes. para pessoas secas, e intemperadas

das por calor, para os quaes he tambem util o *hordeato*, que se faz cozendo em agua a cevada sem casca, ajuntando-lhe algumas amendoas doces pizadas, e assucar. Tambem serve nas tosses quentes, e seccas, nas convulsivas, nos heticos, e nos tisicos.

4 Assim como da cevada, se faz tambem Paõ de farinha de avea, mas de menos sustancia, e nutriçaõ, que todos os outros Paens. He a avea moderadamente calida, e della pilada se fazem caldos como dissemos da cevada, e se faz o *avenato*, que he como o *hordeato*, e serve para os mesmos usos. Houve tempo em que prevalecèraõ os caldos de avea, as tisanas, e os *avenatos*, sobre os caldos de cevada, e as suas tisanas, e *hordeatos*; sendo assim, que para tosses, rouquidoens, para os heticos, e tisicos, he muito melhor a cevada, do que a avea, assim por ser fria, como por ser abstergente, qualidades, que se naõ achaõ na avea, porque he quente; e mais propria para os achaques de pedra, e arèas, por ter virtude diuretica, a qual naõ tem a cevada.

☞ 5 No Brazil, onde, ou por ignavia dos naturaes, ou pelas qualidades das terras, naõ ha Paõ, supre-se este defeito com a farinha de paò, que he o pò de humas raizes sativas, e cultivadas, a que chamaõ *Mandiocas*, de que fazem varias especies, e dellas seus bòlos a que chamaõ *Bejùs*; os que vem a Portugal, e a farinha de *Carimar*, que he da mesma *Mandioca*, e serve de utilidades nas tosses humidas, e nas fluxoens de estilicidio, como conhece toda a gente do povo. A raiz he quente, e secca, e a sua farinha tem as mesmas qualidades.

CAP

CAPITULO III.

Dos Animaes quadrupedes em commum.

1 DE tres generos de Animaes se alimentaõ os homens: dos quadrupedes, dos volateis, e dos peixes; de todos havemos de fallar, comecemos pelos primeiros. De quantos Alimentos se compoem as mesas, a carne he o que mais nutre; e entre as carnes, a dos quadrupedes; porque saõ mais sólidos, mais duros, e de mais sustancia, que os outros Animaes, e por isto saõ as suas carnes de mais difficil cozimento; que tudo o que nutre muito, se coze mais devagar no estamago; assim como se coze de pressa o que nutre pouco. As carnes de porco, e de vacca, que saõ mui nutrientes, levaõ mais horas de cozimento, que todas as outras; depois dellas, a de carneiro, e assim das mais, de que fallaremos, tratando de cada huma em particular. Em todas as carnes ha esta differença, que ainda que sejaõ da mesma especie, humas nutrem mais, que outras; ou por razaõ da idade, ou das terras, ou dos pastos, ou do sexo, ou da contextura do corpo, e do modo com que se preparaõ.

2 As carnes dos Animaes novos, saõ molles, mucosas, humidas, e excrementosas, cozemse com facilidade, e provocaõ o ventre, e pela sua mucosidade, e partes excrementicias, que tem, se naõ devem comer antes de hum mez. E pelo contrario as carnes dos Animaes velhos, e decrepitos, saõ duras, seccas, nervozas, incoctiveis, ou ao menos cozem-se mal, e nutrem peior; porque daõ pouco Alimento, e esse crasso melancolico, secco; e por isto causaõ indigestoens, colicas obstrucçoens, hipocondrias. E entendeo

tendeo hum Escritor Portuguez, 1. que neste Reyno eraõ mui frequentes os males melancolicos, porque ordinariamente se comiaõ as carnes decrepitas, e velhas. As carnes dos Animaes, que naõ saõ velhos, nem novos, saõ as que melhor nutrem.

1 *Castro de alim. facult.*

3 Pela differença dos pastos differem tambem as carnes dos Animaes da mesma especie; de que procede serem de melhor gosto, e nutrirem mais as de humas terras, que as de outras. As carnes dos Animaes domesticos, saõ humidas, molles, e excrementicias. As dos silvestres, saõ mais seccas, e tem melhor gosto; de que se exceptua a carne de porco, que tem melhor sabor a domestica, que a dos montes. O que se ha de entender dos Animaes do mesmo genero, comparando humas carnes com outras, as silvestres com as domesticas. Assim tambem as carnes dos Animaes, que se criaõ em lugares humidos, e paludosos, saõ muito humidas, e abundaõ com muitas superfluidades excrementicias. E as carnes dos que se criaõ em lugares seccos, e montosos, tem poucos excrementos, cozem-se com facilidade, e saõ mais accommodadas para nutrir.

4 As carnes dos Animaes masculinos saõ melhores, que as das femeas: porque os machos tem maior calor, e agilidade, trabalhaõ mais, e por isto as suas carnes saõ menos excrementicias, e cozem-se melhor, e daõ mais nutrimento ao corpo. As carnes magras, duras, e seccas, saõ indigestas, e pouco nutrientes, porque lhes falta a humidade sustancial, com que hajaõ de nutrir. E as carnes pingues, e gordas, saõ infensas ao estamago: porque a sua muita gordura o abranda, e relaxa, dissolvendo o tenor das suas fibras; cozem-se mal, e causaõ fastio, nauseas, e azias. As que naõ forem muito magras, nem muito gordas, saõ as que devem preferir a todas as outras, assim pe-

la

la ſuavidade do ſabor, como pela boa nutriçaõ, que fazem,

5 As carnes dos Animeas caſtrados ſaõ mais tenras, que as dos inteiros; tem melhor goſto; cozem-ſe com mais facilidade, e por conſequencia nutrem melhor. As dos Animaes negros, ſaõ melhores, que as dos brancos; porque como aquelles tem maior calor, ſaõ as ſuas carnes de melhor goſto, mais limpas de partes excrementicias; cozem-ſe melhor no eſtamago, e nutrem melhor o corpo.

6 As carnes aſſadas nutrem mais, que as cozidas, como moſtramos no Capitulo 8. da Seſſaõ antecedente; cozem-ſe mais devagar, e ſaõ humidas interiormente, aſſim como as cozidas ſaõ interiormente ſeccas, por terem largado no cozimento a ſua humidade ſuſtantifica. Saõ as carnes aſſadas melhores para os que ſaõ ſoltos de ventre, para os hydropicos, e para os fleumaticos, porque ainda que ſejaõ interiormente humidas, ſaõ exteriormente ſeccas, e naõ relaxando com a humidade externa, nutrem com a ſuſtantifica.

7 As carnes fritas, e torradas, ficaõ mui ſeccas, duras, indigeſtas, e de pouco nutrimento. Jà aquellas carnes, que depois de cozidas, ſe aſſaõ, e enxugaõ ao fogo, como vulgarmente ſe faz com a gallinha cozida dos doentes, ficaõ quaſi inuteis: porque a pouca humidade, que lhe ficou do cozimento, perdem-na totalmente na aſſadura, e aſſim lhe naõ reſta humidade ſuſtancial, com que hajaõ de nutrir. As carnes ſalgadas, e duras, ſaõ ſeccas, indigeſtas, cauſaõ obſtrucçoens, e hypocondrias. As que ſe conſervaõ em vinho com alhos, fazem-ſe mui tenras, ſaõ de bom goſto, e nutriçaõ. As carnes comidas no meſmo dia em que ſe mataõ, ſaõ duras, e indigeſtas, e por iſto devem comer-ſe no outro dia depois de mortas.

CAPI-

CAPITULO IV.

Das carnes dos quadrupedes em particular.

VACCA.

1 A Carne de Vacca he o mais commum alimento dos que usaõ os homens; He fria, e secca, crassa, e dura, coze-se com difficuldade; mas depois de cozida, nutre bem o corpo; porque della se gera sangue de textura crassa, de que o corpo toma hum firme alimento. Naõ se deve dar senaõ a pessoas, que tenhaõ estamago capaz de a cõmutar bem, que em estamagos fracos, ficarà indigesta, gravandoos, e causando dores, e obstrucçoens, febres chronicas, e melancolicas. He alimento proprio para pessoas fórtes, que trabalhaõ, e se exercitaõ muito; porque sobre ser alimento sólido, gèraõ-se della espiritos crassos, que se naõ exolvem facilmente com qualquer trabalho. O caldo de Vacca, de que se fazem as sopas, he suavissimo: porque nelle se largaõ com facilidade as partes mais pingues, e medullosas do sangue, que se conservaõ nos póros da carne, ficando nella as partes mais crassas, e melancolicas. A carne de Vacca salgada, e posta ao fumo, he muito mais indigesta, e gera-se della sangue melancolico adusto, pelas partes igneas, que o fumo lhe introduz.

Virtudes Medicinaes

2 Da Vacca se escreve, que o seu figado tem virtude para os cursos dysentericos, e celiacos, ou comido, ou tomado em pôs. O seu fel cura as chagas das partes pudendas, e em quaesque chagas antigas o usa Hipocrates. Posto nas alporcas incipientes, naõ as deixa crescer, instillado nos ouvidos, he remedio das suas

dores, e tinidos; misturado com os remedios cosmeticos, ajuda muito a sua virtude; tira toda a caspa, e furfuraçaõ da cabeça, lavandoa com elle, e ajuntando-lhe huns pôs de malvaisco; misturado com ourina de bode, he remedio para a surdez. O pô da pedra que se acha no fel da Vacca, ou de Boy, tomado pelo nariz como tabaco, conduz muito para aclarar a vista. O mesmo pô misturado com sumo de acelga, sorvido pelo nariz em taõ pouca quantidade, que naõ exceda o tamanho de hum lentilha, tem virtude para os accidentes de gotta coral. Os pôs da maçam de Vacca saõ remedio da ictericia, tomando-os em xarope, ou cozimento de rabaõ, dez, ou doze dias. O couro de Boy, ou de Vacca queimado, sara as frieyras, esfregando-as com elle, e se for couro de çapato velho, serà melhor. A cinza das pontas de Vacca misturada com vinagre, cura as impigens, o que faz tambem o fel de Touro, que naõ só cura as impigẽs, mas tambem a morphèa negra. O mesmo fel posto no embigo com humas estopas, move o ventre. A cinza da unha de Vacca bebida, faz tornar o leite às mulheres que criaõ, e he remedio nas queixas das almorreimas, lavando-as com ella. Os meolos de Touro derretidos em oleo de nozes, saõ bons para contuzoens. A pedra que se acha no coraçaõ do Touro velho, e silvestre, trazida ao pescosso, he boa para dor de figado. O sangue de Vacca suspende o froxo de sangue das feridas, lançando-o nellas. O esterco de Vacca, e de Boy, resolve os tumores duros, posto sobre elles com o calor proprio; e he bom para hydropezias, posto por emprasto, e para colicas de causa fria, e flatulentas; para dores de juntas, ainda que sejaõ de gota arthetica, para o que se mistura com vinagre. O esterco de Touro faz cair as verrugas em que se applica.

VITELLA.

Vitula 3 A Vitella he fria, e humida; coze-ſe melhor que a vacca, e nutre muito bem. Poſta de vinhadalhos, tem muito melhor goſto, comendo-ſe aſſada. He excellente alimento, aſſim para os ſaõs, como para os doentes, pela facilidade com que ſe coze, e pelo bom ſucco com que nutre; mas he mais propria para peſſoas mimoſas, que vivem ſem trabalho, que para os que ſe exercitaõ muito, para os quaes he a vacca mais conveniente. A Vitella lactante he menos boa, ainda que o goſto a julgue melhor: porque pela ſua muita humidade ſe faz muito molle, e ſe coze com mais difficuldade. As Vitellas recomendava Baptiſta Fiera para alimento continuado em meſas lautas..

Aſſiduos habeant Vitulos tua prandia in uſus.
Cui madida, & ſapida juncta tepore caro eſt.

O excremento da Vitella, logo que naſce, alivia as dores da podagra, ou gotta arthetica dos pès. O ſeu fel miſturado com vinagre, tira as lendeas dos cabelos da cabeça, penteando-os com elle. *Virtudes Medicinaes*

CARNEIRO.

Aries 4 O Carneiro tambem he preſtantiſſimo alimento, e ainda mais commum, que a vacca. He moderadamente calido, e humido, e muito accommodado para toda a idade, para todo o ſexo, e para todo o temperamento. Coze-ſe bem, e nutre maravilhoſamente. Aſſim para peſſoas ocioſas, como para os que trabalhaõ, he alimento muito conveniente,

ente; mas haõ de ſer os Carneyros de dois annos, e caſtrados, que ſendo inteiros, ſaõ quaſi como bódes, duros, e indigeſtos, cuja carne cauſa colicas, febres, e outros dannos mais, que tem poſto neſta terra o Carneiro em mà reputaçaõ, com melhor credito da vacca. A cauſa he, porque a maior parte dos Carneiros, que ſe cortaõ nos açougues de Lisboa, ſaõ inteiros, e por iſto offendem muitas vezes os ſaõs, e nunca ſe uſaõ nos doentes, a quem nas Provincias do Reino, e em outras terras, onde ſaõ caſtrados, ſe concedem por alimento ordinario aos achacados, e aos convalecentes de febres, que com Carneiro he que tomaõ forças, ſem que recaiaõ, como aqui ſuccede. Lembra-nos que Galeno, e outros Authores Gregos, reprovàraõ muito o Carneyro, o que ſe deve entender dos Carneyros de Grecia, de que dizem, que daõ alimento de mào ſucco; mas naõ dos noſſos, que nutrem muito bem o corpo, e ſendo caſtrados, naõ ha melhor alimento entre os quadrupedes.

5 Os bofes de Carneiro aſſados, e comidos, preſervaõ da crapula, ou bebediſſe, tiraõ as nodoas, e ſugillaçoens, pondo-os ſobre ellas cortados em bocadinhos. O ſeu redenho poſto no ventre com o calor com que ſe tira, he remedio das colicas, e dores rebeldes. O ſeu cebo lançado nas ajudas, cura as diarrheas, e diſenterias, e abranda as dores do ventre. O caldo de cabeça de Carneyro cozido em agua, tomado por ajuda, cura as colicas flatulentas, e de cauſa fria. O banho de agua cozida com mãos, pès, e tripas de Carneiro, he remedio para convulſoens de nervos, e para as dores da bexiga, nas dyſurias, e eſtrangurias. O pó das tubaras de Carneiro, he bom para accidentes de gotta coral; A cinza dos ſeus oſſos, he boa para alimpar os dentes. O ſeu fel tem virtude para a podagra, pondo-o ſobre a parte doloroſa; e para *Virtudes Medicinaes.*

facilitar o ventre aos meninos, pondo-o sobre o embigo com huma pouca de lã. O pente feito de pontas de Carneiro, he bom para curar as dores de cabeça, mas haõ de cortarse as pontas estando o Carneiro vivo, e quando doer a parte direita da cabeça, pentearse-ha com o pente feito da ponta direita; e quando doer a parte esquerda, pentearseha com o pente feito da ponta esquerda. Da pelle de Carneiro se faz hum emprasto bom para as hernias, que nas Boticas se acha com o nome de emprasto *de pelle aretina.* A cinza da sua bexiga tomada pela bocca, he util para as incontinencias de ourina; o seu esterco secco, e feito em pô, cura a ictericia, tomado em cozimento de rais de salsa das ortas.

CORDEIRO.

Agnus. 6 OS Cordeiros, que saõ carneiros novos, saõ quentes, e humidos, e mucosos, cozem-se mal, e daõ Alimento de máo succo, porèm depois de adultos, cozem-se com facilidade, e daõ bom nutrimento ao corpo. O seu coàlho bebido com vinho, he antidoto para todos os venenos, e para discoalhar o leite no estamago. Os seus meolos servem para fazer sahir os dentes aos meninos sem tanta dor, untando as gingivas com elles no tempo da dentiçaõ. O seu sangue misturado com vinho, e bebido, tem virtude para os accidentes de gotta coral; para os quaes tem tambem virtude o seu fel. Os seus ossos feitos em cinza, curaõ as feridas da mais difficil consolidaçaõ; e suspendem todos os froxos de ventre.

Virtudes Medicinaes

OVE-

OVELHA.

7 A Carne da Ovelha he excrementicia, muito viſcoſa, e lenta, de difficultoſo cozimento, e de mà nutriçaõ; cauſa porque he juſtamente reprovada para alimento. Tem algumas virtudes medicinaes: porque a agua em que ſe cozer o ſeu figado, he boa para os que tem menos viſta de dia, que de noite, lavando os olhos com ella. O ſeu baço torrado, e pizado em vinho, bebendo-o, cura a dor iliaca ſegundo diz Plinio, ainda que em outro lugar eſcreve, que cauſa dores de ventre. A bexiga de Ovelha torrada no forno, feita em pó, e bebida em vinho, ou em qualquer outro licor, he remedio para os que largaõ a ourina quando dormem, e para toda a incontinencia de ourina. O meſmo faz tomada em pirolas feitas dos ſeus pós. O eſterco de Ovelhas miſturado com vinage, cura as verrugas, pondo-o nellas, o que faz tambem miſturado com mel.

Ovis.

Virtudes Medicinaes

CABRITO.

8 O Cabrito he frio, e humido, coze-ſe com facilidade, e gera-ſe delle ſangue tenue, e humido, com que nutre moderadamente. He util para os que tem ſaude, e para os convalecentes de febres; porque dà de ſi hum ſucco, que attempera as entranhas, e lubrica o ventre. Galeno [1] diſſe que entre os quadrupedes, ſó do Cabrito ſe uſava ſem offenſa: *Inter quadrupedes ſolis Hædis inoxiè utare; &c.* Haõ de comerſe de dois mezes, atè quatro.

Hædus.

[1] *Lib. de attenuant. diæt.* 8.

9 O ſangue de Cabrito ſecco no forno, e feito em pó, he bom para os que eſcarraõ ſangue. O ſeu coalho, que coalha o leite cà fora, tem virtude para o deſ-

Virtudes Medicinaes

o descoalhar dentro no estamago. O seu cebo derretido, e lançado em agua rozada tres ou quatro vezes, cura as impigens, as pustulas, e defedaçoens cutaneas, que chamaõ do figado, applicando-se nellas, e dado pela bocca, he remedio para o veneno das cantaridas.

B O' D E.

Hircus. 10 OS Bódes saõ os cabritos adultos, e saõ frios, seccos, duros, incoctiveis, digerem-se, e destribuemse mal, causaõ obstrucçoens, e flatulencias. Os castrados, a que chamaõ *Capados*, e *Chibarros*, saõ frios, e seccos, mas menos duros; cozemse facilmente, e nutrem muito bem; ainda que comidos com muita continuaçaõ, gèraõ humores melancolicos. He bom alimento no tempo do Estio, de que pódem usar, naõ só os saõs, mas tambem os achacados, e convalecentes de febres.

Virtudes Medicinaes 11 O sangue de Bóde he grande remedio para os que gèraõ pedras, e areas, e para todas as coagulaçoens; he util nos pleurizes; e nas quedas, porque arrara, descoalha, e dissolve. A sua preparaçaõ dissemos na nossa Pleuricologia. O mesmo sangue coalhado, e assado sobre humas brazas, tem virtude para suspender os froxos de ventre, e as colicas. O seu figado he antidoto para o veneno do cão danado, posto sobre a mordedura. A sua unha tem prestimo para a incontinencia da ourina dos que a largaõ no sono, ha de queimar-se, e tomar da cinza o pezo de huma oitava, que se he certo o que diz Habdarramano, 1. Author Egipcio, cura este achaque, assim em meninos, como nos adultos. O baço do Bóde posto com o calor proprio sobre o baço doloroso, he remedio das suas dores. A sua ourina bebida com o calor

1 Lib. de propr. ac virtut. Medic. animal. cap. 9.

pro-

proprio quebra a pedra dos rins, e provoca a ourina.

CABRA.

11 A Cabra he fria, e ſecca, de máo cozimento, indigeſta, e juſtamente eſquecida para alimento. Tem ella algumas virtudes medicinaes, porque a ſua carne he boa para os que padecem gotta coral; virtude que tambem ſe acha nos ſeus meolos, ſegundo diz Plinio, o que Galeno diz tambem do ſigado de Cabra, o qual aſſado he remedio de curſos lientericos. A cinza das ſuas pontas cura os froxos de ſangue, e alimpa bem os dentes. A meſma ponta poſta de baixo do traveſſeiro, do que naõ póde dormir, deitando-ſe ſobre elle, lhe cauſa ſono, ſe he certo o que diz Aldrovando. O fel de Cabra miſturado com pedra hume queimada, cura a ſarna, e poſto nas alporcas incipientes, naõ as deixa creſcer; lançado nos ouvidos, cura a ſurdez. O meſmo fel miſturado com ſal armoniaco, poſto tres vezes no lugar em que naſcem cabellos; faz com que nunca mais naſçam. Habdarramano affirma, que para aclarar a vóz, e para a fazer ſonora, ſe tenha na bocca por eſpaço de huma hora hum bocado de fel de Cabra ſecco, no que ſe verà hum effeito maravilhoſo. O baço de Cabra poſto com o calor proprio ſobre a regiaõ do baço he remedio das ſuas dores. O ſeu eſterco miſturado com agua, e ſal, mitiga as dores de qualquer cauſa, que ſejaõ. A cinza dos ſeus pelos he remedio para todos os froxos, aſſim de ſangue, como dos humores, e para lançar a pedra dos rins.

Capra.

Virtudes Medicinaes

ANTAS.

12 *Antas.* ANtas he animal quadrupede, do tamanho de burro, he frio, e ſecco; cuja carne ſe come no brazil, onde ſe acha, mas naõ he de bom goſto, nem ſe coze bem no eſtamago; cauſa indigeſtoens, e nutre mal.

PORCO.

13 *Porcus.* A Carne de Porco he temperada no calor, mas muito humida, he a que melhor ſe dà com a noſſa natureza, pela analogia, e ſemelhança, que tem com ella, como em muitos lugares diſſe Galeno; o que affirmou tambem Avicenna, 1. dizendo: *Sanguis Porci, & ſanguis Hominis ſunt ſimiles in omni re, ſicut carnes amborum ſunt ſimiles in omni re.* Coze-ſe com difficuldade, mas nutre melhor, que todas as outras carnes, aſſim como a excede no goſto, e no ſabor, com que lhe dà graça, quando cõ ella ſe cozem, ou ſe lardeaõ. Ella he toda a alma dos manjares de carne, ſem a qual nenhum ſe faz agradavel, nem delicioſo. He propria para todo temperamento, e para toda a idade, e para todas as peſſoas, que vivem ocioſamente, e para os que tem vida laborioſa, que como he analoga, e familiar à noſſa natureza, ſempre ſe accommoda bem com ella. He taõ ſemelhante à carne humana, que nada ſe differençaõ no goſto, de ſórte que já ſuccedeo comer-ſe eſta por carne de Porco, atè que vendo-ſe parte do dedo de huma maõ, ſe conheceo o engano, concebendo tal horror, quem a comia, que o ſeu eſtamago ſe ſoltou em vehementiſſimos vomitos, ſegundo refere Galeno, 2. cuja hiſtoria commentou luculentamente Zacuto,

1 2. Cau. 10.

2 In hiſtor. paer epilèt.

cuto Lusitano. 3. 3

14 Porèm ainda que esta carne he taõ familiar à nossa natureza, deve usar-se com moderaçaõ: porque alèm dos dannos communs, que faz o comer demasiado, causa outros incommodos mais, como saõ febres, defluxoens, esquinencias, principalmente em pessoas estillicidiosas: que como he muito humida, e gera muito sangue, comendo-a com excesso, produz defluxos, reumatismos, gotta artetica, e outros males deste genero: o que mais certamente acontece quando a carne he fresca, e sendo secca, e salgada, como he a dos perzuntos, a que o sal, e o fumo tem consumido muita humidade, causa menos defluxos, mas como he mais difficil de cozer, causa indigestoens, cruezas, obstrucçoens, colicas, febres, e outros dannos mais.

1. *Hist. com.* 28.

Os paios, e chourissos, que se fazem desta carne, saõ muito indigestos, e comidos immoderadamente, causaõ com mais certeza os referidos males, que se evitaõ na moderaçaõ, com que se usaõ. A carne de Porco ha de ser de animal de dois annos: que tendo mais idade, he dura, mais indigesta, e menos util, e gostosa.

15 Do Porco se escrevem muitas virtudes medicinaes. A cinza dos seus ossos cura as nevoas dos olhos, alimpa os dentes, e conforta as gingivas. A cinza dos pès, queimada atè ficar a cinza branca, he remedio para dor de colica. Os seus bofes comidos antes de beber vinho, preservaõ da temulencia, postos quentes na testa, fazem sono a quem naõ póde dormir, e postos no nariz, acordaõ aos que dormem, ainda que seja com hum lethargo, se he certo o que escreve o Zomista. 1. As suas tubaras saõ boas para os que padecem accidentes de gotta coral. A sua bexiga torrada, e feita em pô, tem virtude para a in-

Virtudes Medicinaes

1 *Fol.* 15.

continencia da ourina, para a qual ſerve tambem a cinza da parte pudenda do Porco verraõ. A ſua ourina tem virtude para as dyſenterias; ha de miſturar-ſe com ſumo de tanchagem, e fazer huma bolla que ſe ponha no embigo. Guardada a ſua ourina em vaſo de vidro, e lançada nos ouvidos, he boa para a ſurdez. O ſeu fel cura as dores de ouvidos, applicado nelles, e poſto ſobre o eſtamago, cura os vomitos. Os ſeus meolos bem miſturados com amilo, e oleo roſado, aplacaõ as dores de gotta artetica. O ſeu excremento poſto freſco na parte donde corre o ſangue, lhe ſuſpende o froxo. O excremento de dois, ou tres Porcos, que antes do parto ſe tiraſſem do ventre da may, frito com vinagre, he remedio para dores de podagra, que he gotta artetica dos pés.

LEITAM

Porcellus. 14 OS Leitoens ſaõ quentes, e mais humidos, que os Porcos adultos, e tem mais partes excrementicias, e mucoſas, com que ſe fazem mais indigeſtos, e pela tenuidade da ſuſtancia ſaõ menos nutrientes. Os couros cozem-ſe mais difficultoſamente, que todas as mais partes. Para o goſto, e regalo dos homens, já ſe vè, que he hum dos principaes alimentos, que Deos criou, e que ſó offenderà pelo exceſſo com que ſe comer; no que ordinariamente ſe pecca: porque he tal o ſeu ſabor, que naõ ſe pódem conter nos limites da moderaçaõ os que o comem. Para os que uſarem delle moderadamente, he utiliſſimo alimento: porque nutre muito bem, e gera-ſe delle hum ſangue mulcebre, temperado, mui ſemelhante ao noſſo, e muito apropriado para os que forem ſeccos, e aduſtos; porque com a ſua humidade, ſe tempera a ſeccura; e com a boa qualidade do

ſeu

seu succo, se adoça a acrimonia, e mordacidade dos humores; é jà Galeno 1. deo carne de Leitaõ, e pès, e meolos de Porco aos epilepticos, e febricitantes com terçans exquisitas. E assim havemos de assentar em que a carne de Porco comida com moderaçaõ, he a melhor de quantas se usaõ; a mais semelhante à natureza dos homens, a mais nutriente, e no sentir de Celso 2. a mais leve de todos os quadrupedes domesticos: *Inter demesticos verò quadrupedes* (diz elle) *levissima suilla est.* E bem conheceraõ os Romanos as excellencias, e utilidades da carne de Porco, no muito que a usaraõ nos seus banquetes, e nas muitas leys, que à cerca della promulgaraõ, do que se póde ver o que com larga penna escreveo Ulysses Aldrovando no *livro primeiro dos quadrupedes.*

1 1. *Ad Glauc.* 9 & 7. *meth.* & *in hist. pueri epilepti ci.*

2 *Lib.* 2. *cap.* 19.

Virtudes Medicinaes

Hum Leitaõ de oito dias, cozido atè que a carne se aparte dos ossos, he bom para a gotta artetica, pizando a carne, e pondoa por emprasto nas juntas dolorosas. O seu sangue tem virtude para a tisica, destillando-o quente em banho de Maria logo que se tirar, ou convertendo-o em licor, e sal volatil, segundo diz Mangeto. 3. Os pòs do figado, e tubaras do Leitaõ, excitaõ a natureza para actos libidinosos, se he certo o que diz Hofmanno. Da sua gordura se prepara huma untura boa para os tisicos, cuja preparaçaõ se acha em Mangeto, no lugar allegado.

3 *Bibliot. Pharmacent. tom.* 2. *f.* 605.

PORCO MONTEZ.

17 OS Porcos montezes saõ quentes, e seccos, e escrevem muitos que a sua carne he melhor, que a dos Porcos domesticos: porque naõ tem tanta humidade excrementicia, e he de mais facil cozimento, e digestaõ, o que dizem dos Porcos montezes, que forem novos, que os velhos, como mais *Aper.*

duros,

duros, e ſeccos, louvaõ-nos menos. Porèm nòs entendemos, que a carne dos Porcos domèſticos he melhor, que a dos montezes, porque eſtes ſaõ ſeccos, duros, e faltos daquella humidade alimenticia, que tem os outros, e por iſto ſaõ mais indigèſtos, e nutrem menos; e gèraõ humores melancolicos. Tambem deſtes Porcos, como dos domeſticos, uſaraõ os Antigos lautamente nos ſeus banquetes, como conſta de muitos lugares dos Eſcritores daquelles ſeculos entre os quaes Marcial; 1.

1 7. Epigr 58.

Non cœnat ſine apro, noſter, Tite, Cæcilianus.

E em outro lugar: 2.

2 8. Epigr 22.

Invitas ad aprum, ponis mihi, Gallice, porcum

Virtudes Medicinaes

O dente de Porco montez tem grande virtude para pleurizes; ha de tomarſe raſpado, e naõ em cinza, como vulgarmente ſe faz, porque queimando-ſe, perde a força, e vigor que o fogo lhe gaſta. O ſeu unto ſerve para dores de juntas, e mais partes nervoſas.

PA'CA.

Pàca.

18 HE o Pàca animal do tamanho de Lebre, coberto de cabello como os Porcos, por cuja razaõ lhe damos lugar entre elles. He quente, e ſecco, e de bom goſto, coze-ſe com facilidade no eſtamago, e gera-ſe delle bom ſangue, de que ſe ſegue boa nutriçaõ He animal que ſuſtenta o folgo debaixo da agua. Acha-ſe no Braſil.

CO-

COTIA.

19 ESte animal he ſemelhante à Páca de que fallamos no numero antecedente, aſſim na figura como na grandeza, e cabello, tambem he quente, e ſecco, e de bom goſto, e nutriçaõ. *Cotia.*

CAPIGOÁRA

20 TAmbem eſte animal, como os dois acima, ſe acha no Braſil, he como porco pequeno, com cabello como de porco, e com focinho, e dentes como coelho. He quente, e ſecco, de ſuave goſto, e de bom cozimento, e nutriçaõ. *Capigoàra.*

VEADO.

21 A Carne de Veado he quente, e ſecca, coze-ſe com difficuldade no eſtamago, por ſer muito dura, cauſa obſtrucçoens, e gera-ſe della ſangue melancolico, principalmente ſendo os Veados velhos, que os novos tem menos calor, e ſeccura, e naõ he a ſua carne de taõ difficil cozimento. Se forem caſtrados, e ſe comerem atè naõ paſſarem de dois annos, cozem-ſe melhor, porque ſaõ menos duros, e ſeccos, tem melhor goſto, e nutrem baſtantemente. Saõ os Veados entre os quadrupedes os que mais vivem, e por iſto alguns dos Antigos uſavaõ muito da ſua carne por alimento, entendendo que com ella ſe immortalizavaõ, como ſe aquelle paſto lhe podera dar eſte previlegio, e como ſe os homens naõ tiveſſem mais larga vida, que todos os animaes, excepto o Elefante, de que ſe eſcreve ‘ que vive duzentos, e trezentos annos, ainda que Pauſanias 3. moſtra que *Cervus.*

houve

3 houve Veado de mais longa vida, que os Elefantes, e a longevidade dos Veados acreditaõ muitos teſtemunhos dos Naturaes, e entre elles o que ſe conta da Cerva de Cezar, que trazia no peſcoço hum colar com eſta inſcripçaõ: *Noli me tangere, quia Cæſaris ſum*; da qual fallou Petrarcha, dizendo.

3 4. De gener. animal. 10.

Neſſun mi tocchi; al bel collo de intorno
Scritto havea di diamanti, & di topazii,
Libera farmi al mio Ceſare par ve.

Virtudes Medicinaes

19 A ponta do Veado crua reſiſte à podridaõ; corrige a malignidade, move o ſuor, e corrobora o balſamo humano, e por iſto he util nas bexigas, e ſerampos, nas febres podres, e malignas, e em todos os males em que for conveniente ſuar, e filoſoficamente preparada, he mui cordeal, e abſorvente, tem virtude contra todos os venenos, contra as lombrigas. A pedra que ſe acha no ſeu coraçaõ, ou huma couſa dura, reputada por pedra, tem virtude bezoartica, e por iſto he conveniente nas febres malignas, e nos males, e tremores do coraçaõ. O fumo do ſeu pelo tomado por baixo, preſerva de aborſo. A ſua pelle, e o pé, e maõ direitos, pregados na porta de qualquer caſa, prohibem que per ella entre algum animal venenoſo, ſe he certo o que por liçaõ de Ga-
1 leno eſcreve Aldrovando. 1. A agua cozida com raſpaduras de ponta de Veado, he bom remedio para inflammaçoens dos olhos, e para às lagrimas involuntarias, e para beberem os hydropicos, pelo muito que deſſecca, e para firmar os dentes que vacillaõ, e confortar as gingivas. O vinagre fervido com eſtas raſpaduras, he bom para as impigens, lavando-as cõ elle. A cinza de ponta de Veado, queimada no principio da Canicula, miſturada com fel de vitella, e cebo

1 Lib. 1. de quadrup. biſulc. fol. mihi 847.

bo de touro, he remedio para tirar as ſardas, e mais nodoas do roſto. A meſma cinza alimpa bem os dentes, e ajuda a curar as chagas dos olhos, lançada nos collirios, tomada pela bocca, he util aos empiematicos, e hemopthoicos, que ſaõ os que lançaõ ſangue pela bocca; e he tambem util para as dyſenterias, para os vomitos, para as ictericias, para colicas, dyſurias, eſtrangurias, e para as nimias purgaçoens das mulheres, de qualquer qualidade que ſejaõ. O ſeu unto he bom para as queixas das partes nervoſas, ou ſejaõ dores, ou convulſoens, e para abrandar os tumores, e apoſtemas duros, e para curar as frieiras. A cinza do ſeu bofe, he boa para a aſma. A ſua ourina, he boa para dores de baço, e para a inchaçaõ do eſtamago, e ventre, applicando-a ſobre eſtas partes quente. O oſſo que ſe acha no coraçaõ do Veado, que he parte das ſuas arterias endurecidas atè terem a conſiſtencia de oſſo, aproveita nos males do coraçaõ, tem virtude bezoartica, com que he de utilidade nas febres podres, e malignas. O ſeu couro tem preſtimo para os males do utero, trazendo hum cinto delle. A ſua parte pudenda tem virtude diuretica, eſtimula para uſos libidinoſos; he util nos pleurizes, nas dyſenterias, nas colicas. Toma-ſe em pô, ou bebe-ſe o ſeu cozimento. O ſeu ſangue frito, cura as dyſenterias, e os curſos celiacos, e he bom para ciaticas. Delle ſe faz o *Balſamo Anti-podagrico*, de grande virtude para a gotta arthetica. A ſua lagrima, que he huma ſordicie que ſe lhe acha nos cantos dos olhos, tem virtude exſiccante, adſtringente, e corroborante, e diaphoretica, e por iſto he util contra os venenos, e males contagioſos, em que compete com a pedra bazar, e facilita o parto, e faz excluir o feto morto. No coraçaõ, no eſtamago, e nos inteſtinos dos Veados ſe achaõ muitas vezes algumas

pedras

pedras de virtude taõ bezoartica, como as de pedra bazar, do que se póde ver o que escreve Mangeto no *Tom: 1. da Bibliotheca pharmaceutica, fol.* 547.

GAMOS, CORÇAS.

22 AS carnes dos Gamos, e Corças tambem saõ quentes, e seccas, duras, e indigestas, causaõ cruezas, e obstrucçoens, gera-se dellas sangue crasso, e melancolico. Naõ servem para pessoas delicadas, e n i nosas, nem para as magras, e de temperamento quente. Daquellas se póde entender o que dissemos dos veados, aos quaes em tudo saõ semelhantes, segundo o que escreve Oppiano, que por interpretaçaõ de Bodino diz assim;

Damæ.

Cervis omnino similes, nam cornua lata;
Succrescunt illis, cervorum cornibus æqua.
Nomine dissimiles, naturâ prorsus eâdem.

O fumo da lingoa dos Gamos faz cahir as sanguexugas da garganta, e de qualquer outra parte.

Virtudes Medicinaes

LEBRE.

23 O Lebre he quente, e muito secca, porque o muito que corre, lhe faz consumir toda a humidade, he crassa; e dura; coze-se de vagar, mas depois de cozida, nutre bem o corpo, ainda que sendo velha, géra sangue melancolico. As Lebres novas; de dois mezes atè quatro, saõ menos seccas, e podem se numerar entre os alimentos de bom gosto; das quaes cuidamos que se deve entender aquelle verso de Marcial, que muitos querem applicar aos coelhos:

Lepus.

Inter

Inter quadrupedes gloria prima Lepus.

22 Os pôs da Lebre queimada no forno, saõ bons para quebrar a pedra dos rins. Os seus meolos comidos com frequencia confortaõ o cerebro, e saõ bons para o tremor da cabeça dos velhos; feitos em pô, e bebidos em vinho, saõ remedio para os que largaõ a ourina, quando dormem. Os seus pelos molhados em agua, e postos sobre o nariz, fazem parar o froxo de sangue; qne por elle corre. Os mesmos pelos feitos em pô, suspendem o sangue das almorreimas, pondo-os nellas, e curaõ os froxos de sangue do nariz, applicando-os nelle, e tomados pela bocca, provocaõ a ourina. O coalho da Lebre, tomado trinta, ou quarenta dias continuos; cura os accidentes de gotta coral; lançada nos ouvidos dolorosos, abranda a dor, bebido, descoalha o leite, e sangue coalhado no corpo, e he remedio da mordura da vibora. O coalho de Lebre tirada do ventre da mãy, preserva de aborso, tomando-o a prenhada. O seu sangue allivia as dores de gotta arthetica, pondo-o sobre o lugar da dor, e tira as sardas, o panno, a morfêa, e quaesquer outras nodoas, posto quente sobre ellas; feito em pô, cura a dysenteria, tomando duas oitavas de cada vez; o que faz tambem o mesmo sangue, abrindo a Lebre pela barriga, e metendo hum lenço dentro, ou qualquer panno branco, em que se tome o sangue, e depois de secco, queimado o lenço, e tomando a cinza delle. O pô das Lebrinhas torradas no forno pouco tempo depois de nascidas, he util nas asmas. O fel da Lebre bebido, causa sono, o que faz tambem posto debaixo do travesseiro. Misturado com mel, desfaz as nevoas dos olhos. A sua pelle conforta o estamago, trazendoa sobre elle. O seu esterco desfeito em vinagre, *Virtudes Medicinaes*

vinagre, cura as impigens, misturado com vinho he remedio para as ciaticas. O seu bofe posto sobre os olhos, que tem nevoas, e saõ caliginosos, faz grande utilidade para aclarar a vista. Os pós do coraçaõ da Lebre tomados em vinho, saõ bons para accidentes do utero. O seu ventre, e tripas feitos em pó, misturado com oleo rozado omphancino, he remedio que faz crescer o cabello, untando-o com elle, e o segura de que naõ caía. O pó das suas tubaras bebido em vinho: cura a incontinencia da ourina, que ha no tempo do sono. Os pós dos seus rins, tem virtude para fazer ourinar, e para quebrar a pedra dos rins. A sua carne cura os froxos do ventre. Os pès da Lebre, e a cabeça da melra trazida no braço esquerdo, fazem os homens audazes, atrevidos, e capazes de tratarem grandes negocios, se he certo o que diz Aldrovando. 1.

COELHO.

23 OS Coelhos saõ quentes, e seccos, como as lebres; cozem-se difficultosamente no estamago, sendo velhos tem mais humidade, cozem-se melhor, e naõ nutrem mal; porèm naõ haõ de ser taõ novos, que naõ passem de mez; que sendo de menos tempo, tem muita mucosidade, e cozem-se mal, nem pódem ainda ter sustancia para nutrir bem. Os Coelhos domesticos saõ bons, que os silvestres, e ainda que engordaõ mais que estes, tem a carne molle, e de menos gosto; principalmente se se nutrírem com couves, de que lhe resulta hum sabor ingrato. Sendo nutridos com trigo, engordaõ muito, e tem mais suave gosto.

Virtudes Medicinaes

24 A carne de Coelho conforta o estamago, e provoca a ourina, ou se coma cozida, ou assada, ou de qualquer outro modo que seja. Os seus meolos

saõ

saõ bons para fazer sair os dentes às crianças sem muita dor, untando as gingivas com elles no tempo da dentiçaõ. Tambem saõ bons para as covas, que deixaõ as bexigas. Comídos, saõ contra veneno. O seu unto cura os panaricíos, e he remedio das frieiras, e das fisuras das mãos, que no Inverno se padecem; posto na regiaõ da bexiga faz ourinar; he bom para as juntas, e nervos indurecidos, e para os tumores cirrhosos, ou duros.

O coelho vívo applícado sobre a bexíga da ourina, he remedío das supressoens baixas.

CAPITULO V.

Das entranhas, e extremidades dos animaes quadrupedes.

1 NAõ só da carne dos quadrupedes se alimentaõ os homens, mas tambem das suas entranhas, e extremidades, do cerebro, do estamago, e das mais partes sólídas, e das líquidas, como he o leite, e o sangue, de que fallaremos no Capítulo seguinte.

MEO'LOS.

OS Cerebros, ou Meólos todos saõ frios, e humidos, crassos, e lentos, e glutínosos; cozem-se mal, subvertem o estamago, distribuem-se com difficuldade; causaõ nauseas, e geraõ-se delles humores crassos. Haõ de comerse com sal, e pimenta, como correctivos da sua lentura. Saõ convenientes para temperamentos quentes, e seccos, e para os biliosos, e colericos: porque retundem a acrimonia da colera, e quebraõ os espículos dos humores acres, e *Cerebrũ*

 mor-

mordázes. Dos meolos os melhores saõ os de carneiro, depois os de vitella.

LINGVAS.

Lingua. 2 AS Linguas saõ frias, e humidas; todas se cozem facilmente, menos a de vacca, que he mais crassa; e indigesta. Daõ as Linguas bom alimento, porque se gera dellas bom sangue, de que o corpo recebe boa nutriçaõ. As que se salgaõ, e seccaõ ao fumo, ficaõ duras, e de mais difficultoso cozimento, mas depois de cozidas, nutrem muito bem.

ORELHAS.

Aures. 3 AS Orelhas, como saõ nervosas, frias, e seccas, cozem-se mal, e daõ alimento crasso; nutrem pouco, principalmente depois de seccas, e salgadas, porque endurecem, e fazem-se quasi cartilaginosas.

BEIÇOS.

Labia. 4 O Mesmo dizemos dos Beiços, que tambem saõ frios, seccos, e nervosos.

ESTAMAGOS.

Ventriculus. 5 OS Estamagos, cuja sustancia he membranosa, saõ frios, e seccos, duros, e glutinosos; cozem-se muito mal, geraõ humores fleumaticos, causaõ obstrucçoens, de que nascem affectos hipocondriacos, e outros muitos dannos. Naõ se devem dar a pessoas delicadas, e ociosas, senaõ a homens trabalhadores, e robustos.

TRI-

TRIPAS.

6 OS Inteſtinos ſaõ da meſma natureza, que os eſtamagos, e ſendo de animaes novos, ſaõ mais molles, e cozem-ſe melhor. *Inteſtina.*

FIGADOS

7 OS Figados ſaõ quentes, e humidos, como o ſangue; daõ alimento craſſo. Os dos quadrupedes cozem-ſe com difficuldade, e geraõ obſtrucçoens nas primeiras vias, ainda que depois decozidos nutrem muito bem. Entre elles ſaõ os de vacca os mais indigeſtos; os melhores ſaõ os de cabrito, e vitella, e muito melhores os de porco. Os de gallinha, e das mais aves domeſticas, ſaõ de bom alimento, cozem-ſe bem, e naõ fazem mal; ainda que comparados com as carnes das meſmas aves, ſaõ peiores que ellas. *Hepar.*

BAÇOS.

8 OS Baços ſaõ frios, e ſeccos, melancolicos, e indigeſtos; gera-ſe delles ſangue craſſo, e melancolico, que nutre muito mal, e he cauſa de melancolias, e hipocondrias. Delles ſe exceptua o Baço dos porcos, que Galeno louva. 1. *Lien.*

1 *Lib. de Enchym*

BOFES.

9 OS Bofes ſaõ quentes, e humidos; tem ſuſtancia mais rara, e molle, que o figado, e baço, por iſto ſe cozem com mais facilidade, que elles, porèm nutrem menos, ainda que daõ bom ali- *Pulmo.*

mento. A cerca dos Bofes, figados, e baços adverte Sennerto, 1. que estas entranhas se achaõ muitas vezes infectas com algum vicio, e que por isto se deve reparar nellas, antes que se reduzaõ a alimento.

1 Tom. 1. lib. de alim. facult. p. 1. c. 3.

CORACAM.

Cor. 10 OS Coraçoens, que saõ huns musculos, e tem a carne fibrosa, sólida, e dura, cozem-se, e digerem-se muito mal, e daõ alimento crasso; mas depois de cozidos, naõ nutrem mal. Saõ quentes, e humidos, mas mais seccos que as maes entranhas.

RINS.

Renes. 11 OS Rins, saõ quentes, e seccos, sólidos, duros, e fibrosos; e por isto se cozem com difficuldade; daõ alimento crasso, que se destribue mal, causa obstrucçoens, e nutre pouco.

TUBARAS.

Testiculi. 12 AS Tubaras saõ quentes, e humidas; cozem-se difficilmente, e distribuem-se mal, principalmente sendo de animaes velhos; que as dos novos, tem melhor gosto, saõ menos indigestas, e nutrem muito.

GORDURA.

Adeps. 13 AS Gorduras, banhas, ou manteigas dos quadrupedes, e de todos os animaes, saõ quentes, e humidas, e servem mais para condimento dos manjares, q̃ para alimento nutrem pouco, e offendem muito relaxando os esta- magos

magos, e dissolvendo o tenor das suas fibras, de que resultaõ nauseas, fastios, e outros dannos, que destes se seguem. Em pessoas colericas, fazem grande offensa, porque se acendem, e inflamaõ, como a manteiga no fogo, e se convertem em colera.

GLANDULAS.

14 AS Glandulas saõ frias, e humidas, tenras, friaveis, e de bom gosto, principalmente as dos peitos; cozem-se com facilidade: daõ alimento crasso, e mui nutriente. *Glandulæ.*

PES, E MAÕS.

15 OS Pes, e mais extremidades dos quadrupedes, saõ frios, e seccos, lentos, viscosos, de difficil cosimento, e de pouca nutriçaõ, principalmente sendo de animaes velhos, que os dos novos, saõ menos seccos, e nutrem melhor. Exceptuamos os Pès de porco, que saõ melhores que todos os outros, por serem partes seccas de animal humido; e porque tem muitos ossos, com que se gastaõ as partes mais crassas, e feculentas do sangue, ficando as partes mais tenues, e mais suaves na carne, de que vem o bom gosto delles, por cuja causa os deo Galeno 2. aos febricitantes. Saõ os Pès dos quadrupedes bons para pessoas laxas de ventre, e para os que padecem estilicidios, e froxos de sangue: porque como saõ viscidos, encrassaõ os humores, enfreaõ o seu movimento; e se saõ cozidos com arros, ou coscùs, ainda aproveitaõ melhor. Dos Pès saõ mais louvados os anteriores, por mais vizinhos do coraçaõ, que os posteriores. *Pedes. Manus.* 2 1. *Ad. Glauc.* 10.

CAPITULO VI.

Das partes liquidas dos quadrupedes, que servem de alimento.

SANGUE.

Sanguis. 1 AS partes liquidas dos quadrupedes, que ſervem de alimento, ſaõ, o Sangue, a Medulla, oü Tutanos, o Leite, e o que delle ſe faz. O Sangue he quente, e humido; coze-ſe com difficuldade, coalha-ſe, e degenera em hum ſucco de prava natureza; digere-ſe, e deſtribue-ſe mal: ſubverte o eſtamago, e facilmente ſe corrompe.

TUTANOS.

Medulla. 2 A Medulla, a que vulgarmente chamaõ Tutanos, e nós a pomos entre as partes liquidas dos animaes, pela facilidade com que ſe derrete: tambem he quente, e humida; coze-ſe mal, porque debilita, e relaxa o eſtamago, prevertendo o tenor das ſuas fibras, cauſa nauſeas, faſtio, e azias. Para o goſto he delicioſa, principalmente quando ſerve de condimento nos paſteis, e outras iguarias em que ſe uſa; e depois de cozida, nutre muito.

LEITE.

Lac. 3 O Leite, dizem muitos, que he temperado nas primeiras qualidades, e que he humido; porèm naõ ha duvida em que todo o Leite he frio, e humido; he o alimento com que tem grande familiaridade à noſſa natureza, ou por ſer o que primeiro

meiro conheceo, ou pelas boas qualidades, e nutriçaõ, que nelle reconhece. Sendo bom, he dos melhores alimentos, que usaõ os homens; porque nas pessoas sans, coze-se com facilidade, destribue-se bem, converte-se em sangue bem temperado, com que se nutre, e impingua bem o corpo; lubrica o ventre, e tempera a acrimonia, e mordacidade da ourina q̃ ainda na saude muitas vezes se exprimenta salsuginosa, e mordàz, ou pela qualidade do alimento, ou por qualquer outra causa, das muitas, que podem fazer este danno.

4 O Leite bom, he branco, e claro, puro. e sincero, doce, sem amargor, sem acrimonia, sem azedume, nem salsugem. de bom cheiro, moderado na textura, ou consistencia, que vem a ser, nem muito crasso, e caseoso, nem muito tenue, e seroso. Tem o Leite diversas partes, com que faz differentes effeitos. Tem parte caseosa, e incrassante; parte serosa, que he abstergente; e parte butyrosa, que he anodina; e he o mesmo que dizer, que no Leito ha quejo, ha soro, e ha manteiga; com o quejo nutre; com o soro tempera; com a manteiga nutre, e abranda. Mas nem todos os Leites tem estas partes com igualdade; em huns excedem as partes caseosas, como he no de ovelha; em outros as partes serosas, como he no de burra; e em outros as butyrosas, como he no de vacca. As partes serosas saõ frias, e humidas; as caseosas, frias, e seccas; as butyrosas quentes, e humidas em baixo graò; e todas estas partes juntas, fazem no Leite hum composto humido, pouco mais que temperado nas primeiras qualidades, mas o que baste para ser frio.

LEITE DE VACCA

Lac vaccinum.

5 ENtre os Leites o que mais nutre, he o de vacca, porque he mais pingue, mais craſſo, e mais butyroſo, que os outros, e por iſto mais nutriente, e ſuſtancial. He o mais proprio para peſſoas, que tem ſaude; e mais conveniente para os que forem achacados com queixas procedidas de humores calidos, e tenues, como ſaõ os eſtillicidios ſeroſos, e diarrheas bilioſas; as toſſes ſeccas, e convulſivas, e outros dannos produzidos deſta cauſa. Porèm neceſſita de que eſteja o eſtamago puro, e limpo de humores, que o coalhem, ou o corrompaõ; porque como he taõ craſſo, coze-ſe mais de vagar, coalha-ſe com facilidade, deſtribue-ſe vagaroſamente; e ſe houver azedumes no eſtamago, coalha-ſe, e depois de coalhado, alèm de naõ aproveitar para alimonia do corpo, cauſa obſtrucçoens, ancias, colicas: e finalmente póde cauſar effeitos de veneno. Eſtes perigos ha em todos os Leites; mas nos que mais ſe temem, he nos mais craſſos.

LEITE DE OVELHA.

Lac villum.

6 DEpois do Leite de vacca, o mais craſſo he o de Ovelha, mas he menos nutriente: porque ainda que tem muito quejo, tem pouca manteiga, que he a que nutre, e faz nutrir as maes partes do
1 Leite com a ſua oleoſidade: *Dulcia enim, & pinguia,*
2. De diat. *ac oleoſa replent, ſeu nutriunt*, dizia Hipocrates. 1.
De ſórte que as partes doces, pingues, e oleoſas, naõ ſó nutrem pelo que alimentaõ, ſenaõ pelo que fazem nutrir os alimentos com que ſe miſturaõ. Eſte Leite, como tem mais partes caſeoſas, he craſſo, coze-
ſe

ſe mais de vagar, nutre muito, e ſerve com particularidade nas queixas de ourina, como ſaõ a diſuria, e o micto ſanguineo. Tem os meſmos perigos, que o de vacca, como jà diſſemos.

LEITE DE CABRA.

7 O Leite de Cabra he de mediana conſiſtencia, nem taõ craſſo como o de vacca, e ovelha, nem taõ tenue como o de burra; coze-ſe bem no eſtamago, nutre moderadamente, e he o Leite de que commummente ſe tira o ſoro para os uſos medicinaes. *Lac caprinum.*

LEITE DE BURRA.

8 O Leite de Burra he o mais ſeroſo, e delgado de todos os Leites; naõ ſerve para os ſaõs, porque naõ tem a conſiſtencia, e o goſto dos maes Leites. He proprio para naturezas quentes, e endurecidas de ventre; para as dores de ourina, para toſſes ſeccas, e convulſivas, para os tabidos, e tiſicos do peito, para colicas bilioſas, e ictericas; e finalmente para os achaques que procedem de humores quentes, acres, e mordazes, e para os nephriticos, em que o concede Galeno, 1. nos quaes a pratica vulgar prohibe o uſo de Leites pela razaõ de haver nelles partes caſeoſas, que fazem coagulaçoens, de que reſultaõ pedras, e arèas: ſendo aſſim, que ainda que nos Leites haja partes de coalho, em quanto eſtas eſtaõ juntas, e unidas com as maes partes delles, naõ coalhaõ, e por iſto o Leite ſe naõ coalha a ſi meſmo, como jà notamos na noſſa Medicina Luſitana, na dieta da cura preſervativa da pedra, em que aconſelhamos o uſo dos Leites. *Lac aſininum.*

1 6. De ſantuend. 11

Ainda

Ainda que o Leite bom he o melhor alimento, e o mais nutriente de quantos usamos, e se naõ deve negar às pessoas sans, a quem dizemos, que pódem comer o que quizerem, naõ excedendo os limites da moderaçaõ; com tudo ha alguns estamagos, que o naõ cozem bem; e nestes taes naõ se deve dar, porque se corromperà, ou se coalharà, de que resultaràõ colicas, obstrucçoens, hypocondrias, e outros dannos, que se faràõ formidaveis pelo principio que tiveraõ, e pelas molestias com que affligirem.

MANTEIGA.

Butyrũ 9 DO leite se aparta a Manteiga, e se tira a nata, se sepára o soro, e deste se tira o requejaõ. A Manteiga he quente, e humida, mas mais humida, que quente; he como o azeite commum das azeitonas maduras. Nutre muito, e abranda o ventre; porèm o muito uso della, offende o estamago, dissolvendo o tono das suas fibras, como todas as cousas pingues, e oleosas; e por isto causa nauseas, e fastios. Naõ se ha de dar aos que padecem fraqueza, e humidades de estamago, nem aos que forem de temperamento mui quente, porque nelle se acende como fogo, e se converte em colera. A Manteiga crua he menos quente, porque como se naõ coze, naõ lhe introduz o fogo algumas partes igneas, como na cozida. Nas tosses, e catarros frios, e seccos, he bom remedio tomando-a com oleo de amendoas doces tirados sem fogo, e com huns pôs de assucar cande.

NATA.

Aphrogala. 10 A Nata, ou a espuma do leite, he semelhante à manteiga, assim nas qualidades, como

mo nas virtudes. As Natas que se fazem azedas, saõ frias, e seccas, e adstringentes; porque perdem as partes butyrosas, e saõ semelhantes á Melca dos Antigos, que era o leite que faziaõ azedo, separandolhe a manteiga, e introduzindo-lhe algumas partes acidas de vinagre. Naõ he bom alimento a Nata, nem se coze bem, e dà pouca nutriçaõ; louvaõ-na para curar ás diarrheas, e outros froxos. Nas diarrheas biliosas a vimos aproveitar admiravelmente muitas vezes.

SORO.

11 O Soro he frio, e humido; nutre pouco, ou nada, porque se lhe sepàraõ todas as partes caseosas, e pingues, que saõ as que nutrem, e fica usando-se sómente como remedio para refrigerar, e temperar as entranhas quentes, e a massa do sangue intemperada, e estuante. *Serum.*

REQUEIJAM.

12 DO soro se tira o Requejaõ, que he frio, e humido, e semelhante na sustancia ao quejo fresco, de que logo fallarèmos: naõ offende o estamago, modèra a sede, concilia o sono; e he util nas defluxoens quentes. Naõ se deve usar nos que tem o estamago frio, nem nos que padecem achaques frios de nervos. Os Requejoens antigos, e duros, ainda que naõ sejaõ azedos, cozem-se mal, nutrem pouco, causaõ sede, difficultaõ a evacuaçaõ do ventre, e geraõ muitos flatos. *Recoctum.*

QUEJO.

Caseus. 13 O Quejo fresco, molle, e de pouco tempo feito, he frio, e humido, coze-se mal, e pela muita humidade he flatulento; destribue-se com difficuldade, nutre bem, e impingua o corpo. Naõ se deve dar nos que padecem queixas de pedra, e areas, nem nos que tem obstrucçoens. O Quejo antigo perdeo o temperamento de fresco, e com o tempo, e o sal com que se conserva, acquire outra natureza, e fica quente, e secco, e tem sua acrimonia; e quanto mais antigo, mais acre, e mais quente. Coze-se com mais difficuldade; gèra pedra, e areas, principalmente sendo mui salgado, nutre pouco, gera-se delle sangue de prava natureza, constipa o ventre, e converte-se em colera adusta. Dizem os Dietarios, que se ha de comer; o Quejo depois da carne: porque ajuda o seu cozimento ainda que elle se coza mais devagar. Mas quando se comer seja sempre em pouca quantidade, que he só quando naõ farà danno, segundo o versiculo vulgar.

Caseus est sanus, quem dat avara manus.

14 O Quejo ha de ser fechado, ou cego, como costumaõ dizer, pingue, butiroso: porque assim offende menos, e nutre mais. O de vacca he mui crasso, coze-se mal, e nutre muito. O de ovelha naõ se coze taõ mal, he menos crasso, nutre bem, mas menos, que o de vacca. O de cabra he o peior de todos; nutre pouco, que tem menos manteiga, he mais secco, e mais indigesto.

CAPITULO VII.

Dos Animaes volateis.

GALLINHA.

1 ENtre as aves tem a Gallinha o primeiro lugar, porque he bom alimento, assim para os saõs, como para os doentes. Sendo nova, he temperada; naõ he quente, nem fria, e he humida; coze-se facilmente, digere-se, e destribue-se bem; dá alimento de bom succo, pouco excrementicio, e por isto se gèra della sangue temperado, de boas qualidades, que nutre bastantemente. Para pessoas que naõ trabalhaõ muito, nem fazem grande exercicio, he o melhor alimento de todos; ao qual attribuiraõ tanto, que entenderaõ alguns, 1. que augmentava o entendimento, e o juizo, que gerava maior copia de espiritos animaes, que clarificava a vista, e que fazia crecer a materia seminal. O que se ha de entender das Gallinhas bem nutridas, e novas, que ainda naõ dem ovos. As velhas, saõ frias, e seccas, duras, e nervosas; e ainda que estejaõ gordas, naõ nutrem bem, saõ indigestas, e fazem maior danno, que utilidade.

Gallina.

1 Avicen Aver-rhoes.

2 A Gallinha tem muitas virtudes medicinaes, e por isto os Antigos superstitiosamente a consagraraõ a Esculapio; que naõ ha parte nella; que naõ sirva de remedio, e se houvessemos de fazer mençaõ de todos, só para isto era necessario hum volume. Dos seus meolos escreve Rhasis, que saõ bons para os tremores do cerebro, e que confortaõ a memoria, e aguçaõ o engenho. Os pôs da sua muella tem virtude para quebrar, e excluir a pedra, e arèas dos rins. O seu excremento, principalmente o branco, tem muito

Virtudes Medicinaes

sal

ſal volatil, com que deſcoalha os humores craſſos, e quaeſquer outros detidos, e impactos em alguma parte, e por iſto he grande remedio nos pleurizes, nas colicas, e nas eſquinencias, ou aſſoprando-o nellas feito em pó, ou uſando-o nos gargarejos. A Gallinha comida, clarifica a voz nas rouquidoens. O ſeu fel poſto nas palpebras dos olhos, que eſtaõ corroidas, he remedio que as cura. O ſangue de Gallinha toda negra tira as nodoas do roſto, pondo-o quente nellas. O pó da pelle interior do eſtamago da Gallinha, he remedio para dores de eſtamago, e para o confortar, e para quebrar, e fazer ſair as pedras, e areas dos rins.

FRANGAÕ.

Pullus. 3 OS Frangãos ſaõ frios, e humidos; cozemſe bem, mas nutrem pouco. Elles, e o ſeu caldo, temperaõ os humores acres, ſalinos, e mordazes; refrigeraõ as entranhas, e ſaõ alimento appropriado para naturezas quentes, e ſeccas. Cozidos em agua atè que a carne ſe aparte dos oſſos, daõ hum caldo excellente para os heticos. Os Frangãos comidos, conſervaõ o juizo, ſegundo diz Plinio. Os ſeus meolos fazem ſair os dentes ſem dor aos meninos, fregandolhe as gingivas com elles.

Virtudes Medicinaes

GALLO.

Gallus. 4 OS Gallos ſaõ frios, e ſeccos, duros, e quaſi incoctiveis, ſe ſaõ mui velhos, tem virtude abſtergente, aperitiva, e laxante, por razaõ das quaes ſe fazem delles huns caldos, que ſervem para os aſmaticos, e para os que padecem colicas rebeldes.

A cinza

4 Acinza do figado, coraçaõ, e baço do Gallo, quebra, e exclue a pedra dos rins. O ſangue da ſua criſta he remedio das dores, que fazem os dentes quando vaõ nacendo, pondo-o nas gingivas. O ſeu fel, chegando-o ao naríz, cura as dores de cabeça a que chamaõ hemicrania; e poſto na rais do dente doloroſo, lhe tira a dor. Applcado nos olhos como collírio, he remedio das lagrimas involuntarias. Miſturado com mel, e vinagre, tíra as nevoas, e caligens dos olhos. Bebido em caldo pelas manhãs em jejum, corrobora, a memoria, e cura os eſquecimentos. A cinza da ſua criſta amaſſada com agua, bebendo-ſe em jejum, he remedio da incontinencia da ourina dos que dormem; para o que he igualmente boa a cinza dos ſeus teſticulos, tomando-a do meſmo modo. *Virtudes Medicinaes*

CAPAÕ.

5 OS Capoens tem o temperamento das gallinhas, ſaõ temperados no calor, e no frio, e ſaõ humidos. Os que eſtaõ gordos, ſaõ muí tenros, cozem-ſe bem, e nutrem mais que as gallínhas, e tem melhor goſto, que ellas. *Capo.*

O fel de Capaõ branco gaſta as nevoas, e ſuffoſoens dos olhos. *Virtudes Medicinaes.*

POMBOS.

6 OS Pombos ſaõ quentes, e ſeccos, cozem-ſe mal, e gèra-ſe delles ſangue craſſo, e melancolico, o que ſe ha de entender dos Pombos velhos; cuja carne com os vo-os, e exercicio ſe faz dura, ſecca, e indigeſta; que os Pombos novos ſaõ quentes, e humidos, cozem-ſe, e deſtribuem-ſe bem, gèra-ſe delles ſangue, que nem he mui craſſo, nem *Palumbi.*

muito

muito tenue, com que nutrem medianamente; e he alimento muito louvado, assim pelo seu bom gosto, como pelas suas boas qualidades; haõ porèm de ser os Pombos novos, que jà forem voando: que os que ainda naõ voaõ, pela sua muita humidade daõ alimento crasso, e de facil corrupçaõ, sobre o que se póde ver o que escreve Zacuto *no livro 2. das historias, fol. 275.* Entre os Pombos louvaõ mais os silvestres, que os domesticos, por terem a carne, ainda que mais secca, menos excrementosa. Naõ se devem usar com muita frequencia em naturezas quentes, e biliosas; porque se offenderaõ muito com o seu calor: que por ser intenso, saõ reputadas as Pombas por simbolo da luxuria; e por isto mesmo saõ consagradas a Venus; do que fallou Virgilio 1. dizendo.

Vix ea factus erat, geminæ cum forte Columbæ
Ipsa sub ora viri cælo venere volantes,
Et viridi sedere solo, tum maximus heros
Maternas agnovit aves.

Naõ assim os Pombos torcazes, que saõ aquelles, que tem no pescoço a figura de hum colar, por razaõ da qual se chamáraõ Torquazes, dos quaes se escreve que tem virtude para impedir o uso de Venus; donde disse Marcial:

Inguina torquati tardant, hebetantque palumbi.
Non edat hanc volucrem, qui cupit esse salax.

Virtudes Medicinaes Das Pombas naõ se haõ de comer as cabeças, e pescoços, porque se escreve destas partes, que tem virtude para causar dores de cabeça.

7 As Pombas, segundo diz Arnaldo de Villa-nova, tem admiravel virtude para accidentes de gotta coral,

coral, para parlezias, tremores de nervos, e para a parlezia da lingoa, de tal ſorte, que entenderaõ, que o ar em que ellas aſſiſtiſſem, tinha virtude para preſervar dos dittos achaques. Rhaſis eſcreve, que tem occulta propriedade para as dores dos rins: e para emendar a corrupçaõ do ſangue; mas adverte, que ſe lhe haõ de cortar os peſcoços, e cabeças, porque os ſeus meolos tem propriedade para fazer faltar a viſta. A carne de Pombas poſta ſobre a mordedura de qualquer animal venenoſo, he remedio della. Tem os Pombos virtude de attrahir o veneno, e por iſto ſe applicaõ nas ſolas dos pès nas febres malignas, e ſe poem vivos na via excrementicia, ajuntando a via do Pombo com a via do doente, repetindo muitos; e he remedio em que o povo tem grande crença. O ſeu ſangue he conveniente aos que padecem inflammaçoens dos olhos, e he util para as dores de gotta artetica poſto quente ſobre ella. O ſeu excremento feito em pô, e amaſſado com vinagre, he remedio para tirar as nodoas, e ſinaes de qualquer parte; e para a lepra, e outras puſtulas. Para os calos dos pès o louva Plinio, cozido em vinagre. Para lançar as pedras dos rins, e bexiga o recõmendaõ muitos. He conveniente para os empraſtos, que ſe poem nos pès nas febres malignas, que ordinariamente ſe compoem de excremento de Pombos, caracoes, arruda, rabãos, ſal, e vinagre, tudo bem pizado. A cinza das Pombas queimadas vivas, he boa para collyrio dos olhos lacrimoſos, e faltos da viſta. O ſangue das pennas dos Pombos, que ainda naõ voaõ, poſto nos olhos inflammados, ou vermelhos por contuſaõ, aproveitaõ muito. Os Pombos comidos no tempo da peſte, preſervaõ della. Tres Pombos poſtos no nariz, diſpertaõ do lethargo, ſe he certo o que diz Plinio. O fumo do ſeu eſterco tomado pelo nariz, facilita o par-

 to.

to. A pedra que se acha no estamago dos Pombos, tomada em pô, quebra, e exclue a pedra dos rins; o que Q. Sereno disse tambem do pô do esterco de Pombos para a pedra da bexiga, quando disse;

Sive Palumborum capitur fimum acre ferorum.
Dulcacidis sparsum succis, tritùque solûtum.

ARACOÁM.

☞ *Aracodm.* 8 ARacoaõ he passaro do matto no Brazil, tamanho como frangaõ; he quente, e secco, de bom sabor, e nutriçaõ.

TOCAMO.

☞ *Tocamus* 9 TAmbem este he passaro do Brazil; he quente, e secco, e tamanho como frangaõ, he de sabor gostoso; coze-se bem no estamago, e nutre bem. Tem o bico maior que o corpo.

PERU.

9 OS perús saõ temperados no calor, e na frialdade, tem o temperamento das gallinhas. Sendo novos, e gordos, saõ mais humidos, cozem-se facilmente, nutrem mais que as gallinhas; porque se gèra delles sangue mais crasso, e mais nutriente. Naõ se devem comer no mesmo dia em que se mataõ, se naõ hum dia depois, que ficaõ assim mais tenros, e de mais facil cozimento, e digestaõ.

Virtudes Medicinaes O fel do Perù he util para a surdez, instillado nos ouvidos. Os seus meolos aproveitaõ na dentiçaõ, fregando com elles as gingivas, porque as abrandaõ, e fazem sahir os dentes sem muita dor.

ADEM

Annas.

ADEM.

9 AS Adens ſaõ das aves domeſticas as mais quentes, e humidas; cozem-ſe com difficuldade, e deſtribuemſe mal, mas nutrem muito bem, ainda que tem muitas partes excrementicias. As que ſe criaõ, e andaõ nos rios correntes, ſaõ as mais goſtoſas, e as que daõ melhor alimento, que as domeſticas, e as que andaõ no mar, que ſaõ menos humidas. Das fluviaes parece que fallou Marcial 1. quando diſſe.

Tota quidem ponatur Anas, ſed pectore tantùm. 1
Et cervice ſapit: cætera redde coco. Lib. 13. epigr. 52

As Adens vivas tem virtude para dores de colica, applicandoas depennadas ſobre a parte doloroſa. A ſua enxundia he util nas dores das juntas, e das partes nervoſas, e nas ſuas intemperanças frias, pelo muito que a quenta, humedece, abranda, digere, e reſolve. O ſeu ſangue tem virtude alexipharmaca; e o ſeu excremento he util nas mordeduras dos animaes venenoſos, pondo-o ſobre ellas, ſegundo eſcreve Mangeto no *tomo 1. da Bibliotheca, pharmaceutica, fol.* 60.

Virtudes Medicinaes

PATO.

10 OS Patos ſaõ quentes, e humidos; craſſos, excrementoſos, principalmente os domeſticos; que os que andaõ nos rios, ſaõ menos humidos, por mais exercitados; e todos ſaõ de difficil cozimento; digerem-ſe mal, e cauſaõ obſtrucçoens, gera-ſe delles ſangue craſſo, que facilmente apodrece, mas ſe o eſtamago os commuta, ou coze bem, nu- *Anſer.*

trem muito. Os Patos velhos saõ duros, e seccos, ineptos para nutrir, obstruem as entranhas, e gera-se delles sangue crasso, e melancolico. Os novos, por mui humidos, e mucosos, cozem-se mal, e nutrem bem. Só os que naõ forem velhos, nem muito novos, saõ os melhores, mais tenros, e de boa nutriçaõ. Os figados dos Patos cevados, dizem que crescem muito, e que saõ temperados, de suavissimo gosto, de facil cozimento, de bom succo, e de boa nutriçaõ. Delles disse Marcial.

Lib. 13. epig. 58.

Adspice quàm tumeat maior jecur ansere majus
Miratus dices: hoc rogo crevit ubi?

Virtudes Medicinaes

A enxundia de Pato he boa para untar o peito nas rouquidoens, e catarros de causa fria; para nascer o cabello nos lugares donde cahio, untando-os com ella; he util nas chagas dos beiços, e nas rimas que nelles abre o sieiro, aproveita no tinido dos ouvidos, e nos espasmos, e convulsoens dos nervos, laxa o ventre, untando-o com ella, principalmente nos meninos. O seu sangue tem virtude alexipharmaca, toma-se na quantidade de duas oitavas, e applicado por fóra nos proidos, e comichoens, he remedio dellas. O seu esterco he quente, e secco, e tem virtude aperiente; move a purgaçaõ dos mezes, provoca a ourina, e faz lançar as parias, he util na hydropezia, e no escorbuto, e tem grande virtude para curar a ictericia, tomando-o alguns dias na quantidade de meia oitava em xarope de rabaõ, ou em agua cozida com fragaria. A pelle dos pès secca, e feita em pô, he boa para o fluxo demasiado dos mezes, porque o suspende com a virtude adstringente que tem.

PERDIZ.

11 AS Perdizes tem o principado entre as aves silvestres, sem as quaes naõ ha mesa lauta, e sem ellas perdem a graça, e esplendor os banquetes. Saõ temperadas no calor, e saõ seccas. Tem hum sabor deliciosissimo; cozem-se com facilidade, naõ sendo muito velhas; gera-se dellas copioso sangue, e de boas qualidades; nutrem muito, accrecentaõ a memoria; multiplicaõ a materia seminal, e estimulaõ para o serviço de Venus. Os Perdigotos ainda saõ melhores, porque saõ humidos, e tenros; cozem-se mais facilmente, e nutrem, e impinguaõ mais, que as Perdizes. Dellas escreve Cardano, 1, que só com o seu continuado uso se podia curar o morbo gallico: porque he tal a bondade do sangue, que dellas se gera, que purifica toda a massa sanguinaria. Os Italianos tiveraõ as Perdizes em taõ grande estimaçaõ, que as reputavaõ por cousa rarissima, segundo o que cantou Marcial, 2.

Perdix.

1 3. *De santuẽd.* 18.

2 13. *Epigr.* 65.

Ponitur Ausoniis avis hæc rarissima mensis.
Hanc in lautorum mandere sæpe soles.

12 O fel da Perdiz he bom para curar as nevoas dos olhos, e para as chagas das suas palpebras, e para confortar a memoria, untando as fontes da cabeça com elle. Os seus meolos fazem nacer os dentes aos meninos sem muitas dores, fregando as gingivas com elles; bebidos com vinho humas poucas de vezes, curaõ a ictericia. O seu figado feito em pó, e bebido, he bom para gotta coral, e para a ictericia. O seu sangue tem virtude para os olhos inflammados, e para as chagas delles, naõ sendo antigas. O caldo da

Virtudes Medicinaes

Perdiz remedea a fraqueza de eſtamago, e do figado, e he util na epilepſia. A Perdiz aſſada, ou cozida, bebendo o caldo, alenta muito a natureza, e ajuda aos que por debilitados naõ podem empregarſe no ſerviço de Venus, para os quaes diz Aecio, que tem grande virtude os ovos da Perdiz, pelo que eſtimulaõ para aquelles uſos. Os ſeus ovos bebidos facilitaõ o parto, e conduzem para fecundaçaõ das mulheres, ſegundo eſcreve Plinio, e aumentaõ o leite nos peitos, miſturados com enxundia de adem, e untandoos com elles. O caldo da Perdiz cozida com marmello, lançando-lhe humas colheres de vinho vermelho, he bom remedio para curſos lientericos, e celiacos. Os pós do eſtamago da Perdiz bebidos em vinho vermelho, diz Plinio, que ſaõ bons para a dor iliaca. O fumo das ſuas pennas chegado ao nariz, he bom para as ſuffocaçoens, e accidentes do utero.

NAMBV.

Nambu 

HE paſſaro do Brazil, ſemelhante à perdiz, mas maior que ella, e de melhor goſto. He quente, e ſecco, coze-ſe bem, e nutre melhor.

FAIZOENS.

Phaſianus.

13 OS Faizoens ſaõ temperados nas primeiras qualidades, e algum tanto ſeccos. Cozem-ſe bem, daõ alimento taõ bom, como as gallinhas, às quaes excedem no ſabor, e nutriçaõ.

Virtudes Medicinaes

Alexandre Tralliano louva o caldo deſta ave para os que lançaõ pela bocca materias purulentas, como ſaõ os tiſicos, e empiematicos, dizendo, que tem virtude detergente, comque alimpa as chagas de que emanaõ as dittas materias. Marcello Empirio dá aos que

que padecem dores de ventre o vinho em que o Faizaõ se suffoque. Leonello Faventino usa da carne do Faizaõ nos medicamentos restaurantes para os tisicos, e Lemery diz, que he conveniente aos que padecem epilepsias, e convulsoens. O seu fel posto nos olhos aguça a vista, e gasta as nevoas.

M V T V.

14 NO Brazil se acha huma especie de Faizoẽs a que os naturaes chamaõ *Mutú* maiores que os gallos gallinaceos, cuja carne he de bom gosto, e nutriçaõ, segundo diz Margrave no liuro que escreveo da historia das aves da America. *Mutu.*

F R A N C O L I M.

15 ESta ave nem he quente, nem he fria, mas he hum pouco secca. Coze-se facilmente, gera sangue de boas qualidades, nutre como as gallinhas, mas tem melhor gosto. *Attagen*

Do Francolim disse Galeno, que era bom para os que padeciaõ males de estamago, e queixas nephriticas; e Alexandre Benedicto o louva summamente para alimento dos calculosos, naõ sendo domestico. Avicenna diz, que conforta o cerebro, e o entendimento, e que aumenta a genitura, e promove aos actos della. Tralliano alimenta com elle aos purulentos. *Virtudes Medicinaes*

C O D O R N I Z E S.

16 AS Codornizes saõ temperadas, declinaõ para calor, e saõ humidas. Cozem-se com facilidade, e convertem-se em bom sangue, de que se nutre bem o corpo. Dellas escrevem os Antigos, que *Coturnix.*

causaõ espasmos, e convulsoens nos nervos, por se nutrirem de helleboro, que he huma erva, em que ha virtude para fazer estes males. Porèm quando isto assim seja, as Codornizes das nossas Regioens naõ devem reprovarse, porque se naõ nutrem desta erva, senaõ de ervas cereaes, que se achaõ entre os trigos, e sem nenhum temor destes incommodos se podem comer.

Virtudes Medicinaes 17 As codornizes tem virtude para a gotta coral, por cuja causa em todas as suas peregrinaçoens as trouxe Hercules comsigo, que era sogeito a este mal, donde veio o chamarse a epilepsia mal Herculeo. A mesma virtude diz Bartholomeo Angelico, que tem os seus ovos; os quaes bebidos provocaõ á actos libidinosos; para o que serve tambem a gordura da Codorniz misturada com helleboro, untando as partes pudendas. O seu excremento he util para os que padecem gotta coral, e vertigens.

JACU.

☞ *Jacú.* 18 JAcú he ave do Brazil, tamanha como gallinha; he quente, e secca, de excellente sabor, e de boa nutriçaõ sustenta-se de frutas.

MOTUM.

☞ *Motúm* 19 ESta ave tambem he do Brazil, he do tamanho de perua, quente, e secca, tambem se sustenta de fruta, e iguala no sabor, e em tudo ao Jacú.

GALLINHOLA.

Gallinago. 20 AS Gallinholas saõ quentes, e seccas, cozem-se bem; gera-se dellas bom sangue, de

de que se nutre bem o corpo, e se naõ tem a bondade das perdizes, saõ pouco menos que ellas.

A Gallinhola tem virtude para as purgaçoens brancas das mulheres, para o que se ha de meter viva em huma panella bem tapada com massa, queimalla no forno, fazella em pó, de que se tomem duas oitavas cada manhã em jejum, muitos dias continuados, em licor conveniente. *Virtudes Medicinaes*

JABORU.

21 HE ave silvestre do Brazil, tamanha como perua; he quente, e secca, muito gostosa, de facil cozimento, e boa nutriçaõ. *Do Jaborù.*

ROLA.

22 AS Rolas saõ seccas, e moderadas no calor, sendo gordas, fazem hum bom alimento, agradavel ao gosto, e de utilidade para o corpo, porque se cozem bem, e saõ mui nutrientes. Marcial as teve por hum dos mais nobres alimentos, quando disse. *Turtur.*

Dum pinguis mihi turtur erit, lactuca valebis,
Et cochleas tibi habe, perdere nolo famem.

Das Rolas se escreve, que torradas no forno, e feitas em pó, tem virtude para curar o fluor albo das mulheres, e a purgaçaõ dos mezes demasiados, tomando-os muitos dias continuados em licor appropriado, como pòde ser a agua de tanchagem, o cozimento de mirabolanos citrinos, e outros, de que agora naõ tratamos. O mesmo pó serve para a dysenteria, e para qualquer froxo de ventre. A Rola comida, aproveita nos froxos de sangue, e facilita os partos, *Virtudes Medicinaes*

tos, comendoa alguns dias antes. Da cinza da Rola torrada no forno dentro de huma panella, misturandoa com clara de ovo, e leite de burra, se faz hum medicamento, que segundo diz Kirano, tem virtude para as escrofulas dos peitos. O seu fel instillado nos ouvidos he bom para a surdez. O seu esterco provoca a ourina, tomando huma oitava delle pelas manhãs com mel. Para preservar de gotta arthetica entendem alguns, que he conveniente criar Rolas, e trazellas na casa em que assistir o gotoso.

MAITÁCA.

☞ *Maitáca.* 23 ACha-se no Brazil este passaro, e he huma especie de papagaio, he quente, e secco, de bom gosto, e facil cozimento, e digestaõ.

MARACANÁ.

☞ *Maracaná.* 24 TAmbem he especie de papagaio, das mesmas qualidades, e gosto que a Maitáca.

TORDOS.

Turdus. 25 NAõ louvou Marcial menos os Tordos, que as rolas, as quaes teve pelos melhores entre as aves. Elles saõ quentes, e seccos, cozem-se bem; gera-se delles bom sangue, e nutrem muito, se estaõ gordos. *Inter aues*, diz Marcial, 1.

Inter aves Turdus, si quis me judice certet.

Virtudes Medicinaes Tem os Tordos virtude para os froxos de ventre, para o que diz Ballonio, que se recheavaõ de bagas de murta, e se comiaõ assados; e Plinio os louva deste modo para as disenterias, e para os froxos de ourina

rina, e Alexandre Benedicto os inculca para alimento no tempo da peste, lançando-os em vinagre. Mangeto diz, que tem virtude contra a gotta coral.

ESTORNINHOS.

26 OS Estorninhos saõ passaros baccivoros, semelhantes aos tordos, e melras, ainda que naõ tem taõ bom gosto como elles. Os Antigos estimavaõ-nos pouco, fazendo grande apreço dos tordos, e Marcial se queixava de que no seu campo naõ havia tordos, se naõ Estorninhos, aves pobres de estimaçaõ, e de valor. *Sturni.*

Nunc sturnos inopes, Fringillarumque quærellas
Audit; & arguto passere vernat ager.

27 Saõ os Estorninhos quentes, e seccos, duros, de difficil cozimento, e digestaõ. Platina os reputa taõ mal, que à sua carne chamou diabolica: *Sturni* (diz este Author) *quos vulgò diabolicam carnem habere dicimus, omninò ab obsoniis lautorum abjiciantur. Hos comedat vacerra noster, qui marsupio magis quàm vitæ consultum vult.* Os Estorninhos novos saõ menos màos: porque saõ menos seccos, principalmente os que forem criados em lugares humidos, e palustres. Naõ se devem dar os Estorninhos, aos que padecem queixas de almorreimas, por conselho de Arnoldo. O esterco dos Estorninhos nutridos com arroz, tem virtude para as impigens, para a morphèa, e para os sinaes, e nodoas cutaneas. *Virtudes Medicinaes*

MAGOARI.

Magoari.

28 MAgoari he ave ſilveſtre do Brazil, do tamanho de grou, tem as pernas mui altas. He quente, e ſecca, e ainda que a ſua carne he de bom goſto naõ tem eſtimaçaõ que a faça chegar a meſas nobres.

MELRAS

Merula

29 AS Melras ſaõ quentes, e ſeccas, e pouco menos que os tordos na bandade da ſuſtancia, e na nutriçaõ que fazem.

Virtudes Medicinaes

Dellas ſe eſcreve, que ſaõ boas para os que padecem fluxos de ventre, porque tem virtude adſtringente, com que corroboraõ o eſtamago, e ventre relaxado. Plinio as uſa aſſadas nas dyſenterias, como diſſemos dos tordos; e aſſim como elles, as louva tambem Alexandre Benedicto, havendo peſte. Para as dores de ventre as inculcaõ outros, e para as melancolias incipientes as propoem Rhaſis. O eſterco da Melra nutrida com arroz, miſturado com vinagre, tira as ſardas, e nodoas do corpo, ſegundo diz Hali. O azeite velho em que ſe cozer a Melra, atè que a carne ſe aparte dos oſſos, he bom para a ciatica, e para convulſoens do peſcoço. A cabeça da Melra, e os pès da lebre, atados no braço eſquerdo, diz Aldrovando 1. que fazem os homens atrevidos, e aptos para tratarem negocios graviſſimos.

1 Lib. 16. orthinol cap. 6.

COTOVIAS.

Alauda.

30 SAõ as Cotovias quentes, e ſeccas, daõ bom alimento, cozem-ſe com facilidade, e geraõ

bom

bom ſangue, de que reſulta boa nutriçaõ. Humas dellas tem criſta, outras naõ, e eſtas ſaõ as melhores, em quanto alimento, aquellas tem particular virtude para curar, e preſervar de colicas, ſegundo o que dellas ſe eſcreve. O ſeu caldo he mui louvado para eſtas dores, para as quaes as inculca Galeno, e outros Authores, entre elles Q. Sereno diz aſſim. *Virtudes Mediciuaes*

Cum colus invisum morbi genus intima carpit,
Mande Galeritam volucrem, quâ m nomine dicunt.

31 O coraçaõ da Cotovia tirado eſtando viva, engaſtado em alguma couſa, e atado na perna eſquerda, he remedio de que uſavaõ os de Thracia para dores de colica, ſegundo refere Alexandre Tralliano. E todos os Eſcrittores antigos, que fallaõ deſta ave, encarecem a virtude que tem para dores de colica, e de ventre, comendo-a aſſada, ou cozida, bebendolhe o caldo, ou torrada no forno em panella bem tapada com maſſa, tomando duas, ou tres colheres dos ſeus pós em agua quente tres, ou quatro dias, com que ſe remedeaõ as dores de colica maravilhoſamente, ſe he certo o que diz Marcello Virgilio, que a encarece aſſim: *Incredibile hoc colicis remedium, quod adeo prodeſt, ut omnia medicamenta meritó ſuperare videatur.* Joaõ Baptiſta Porta querendo dar razaõ de terem as Cotovias eſta admiravel eſpecifica propriedade de remediarem as dores de colica, diſſe, que iſto naſcia da ſua, muita garrulidade, que a ellas as preſervava deſtas dores, aſſim como ſuccedia aos homens muito loquazes: porque com o muito fallar ſe gaſtaõ os flatos, que cauſaõ as colicas, e imprimindo em quem as come as ſuas qualidades, o livra deſte achaque, que ellas naõ padecem; eſtas as ſuas palavras: *Loquacia animalia colicæ paſſioni non obnoxia, ut*

etiam

etiam loquaces homines; nimia enim garrulitate, flatus, ex quo sæpe morbus exoritur, eximitur: nobis igitur eorum imprimentes qualitatem, ejusmodi morbum tollunt.

32 Todas as mais aves de que naõ fallamos, porque naõ servem de alimento, saõ quentes, e seccas, e os passarinhos, e avezinhas, que por sua pequenhez se naõ caçaõ com espingarda, tambem saõ quentes, e quanto mais pequenas forem, maior calor tem, e mais seccas saõ, cozem-se bem; e gera-se dellas sangue, que faz boa nutriçaõ. De todos os volateis os melhores saõ os que se criaõ, e vivem no campo, nos montes, e em lugares seccos, porque tem a carne mais livre de humidade excrementicia, do que os que vivem nos lugares humidos, e palustres, e por isto se cozem, e nutrem melhor que estes.

TEGESSV.

Tegessú. ☞ 33 HE ave branca, silvestre, maior que perúa com pernas mui altas. Acha-se no Brazil, he quente, e secca, muito gostosa, de facil cozimento, e boa nutriçaõ.

CAPITULO VII.

Dos Ovos.

Ova gallinæ. 1 TOdas as aves daõ seus Ovos, por onde se propagaõ, mas só os de gallinha saõ os que continuamente servem para alimento, e para condimento de varios manjares, e doces, por isto só delles fallaremos. Constaõ os Ovos de duas partes bem differentes na figura, e na forma sustancial; de gema; e de clara. A gema he moderamente quente, e humida,

he

he alimento de boa sustancia, coze-se facilmente, e toda se converte em bom sangue, donde veio o dizer-se que das gemas dos Ovos se gera tanto sangue, quanto he o que pezaõ. A clara he fria, e moderadamente secca, e naõ se coze taõ facilmente como a gema, porèm nutre muito.

2 Os Ovos para se cozerem, e nutrirem bem, haõ de ser frescos, postos do mesmo dia, que a estes chamaõ Ovos de ouro, aos de dois dias, Ovos de prata, e aos do treceiro dia, Ovos de ferro. Haõ de elegerse os que forem brancos, e longos, como dizia Horácio. 1. 1 S. Serm. sat. 4.

Longa quibus facies Ovis erit, illa memento.
Ut succi melioris, & ut magis alba rotundis.

Haõ de comer-se os Ovos com sal; naõ só porque excita o appetite, mas tambem porque o sal emenda o lentor, que tem os Ovos, com o qual muitas vezes causaõ nauseas, e enjoos de estamago.

3 O melhor modo de comer os Ovos, he escalfando-os em agua, de sórte que fiquem tremulos, ou cozendo-os inteiros de maneira, que fiquem taõ brandos, que se possaõ sorver, que sendo assim, cozemse brevemente, aclaraõ a voz nas rouquidoens, abrandaõ as tosses, e saõ convenientes nos males pestilenciaes. Saõ alimento para toda a idade, e em todo o tempo, para os convalecentes, e debilitados, e para os tisicos. Os que se assaõ, ainda que fiquem brandos, e sorviveis, naõ saõ taõ bons como os cozidos em agua; porque sentem mais a força do fogo, e perdem muito do humido nativo. Os Ovos duros, ou sejaõ cozidos, ou assados, saõ reprovados: porque tem perdida toda a sua humidade, e cozem-se mal, daõ succo crasso, que causa obstrucçoens, e endure-

ce o ventre. Os fritos, e duros, ſaõ os peiores de todos, e muito mais indigeſtos, principalmente ſendo fritos em azeite: porque com elle ſe abrandaõ, e laxaõ as fibras do eſtamago, e naõ ſe digerindo bem, corrompem-ſe, e corrompem os alimentos com que ſe miſturaõ, e muitas vezes cauſaõ dores de colica, mas frigindo-ſe em manteiga, e ficando brandos, ſaõ menos nocivos: porque o ſal da manteiga, quaſi que emenda a ſua oleoſidade. Quando naõ poderem deixar de ſe frigir em azeite, lancem-lhe ſal baſtante.

4 Os Ovos antigos ſaõ muito màos, porque ſe corrompem, e cauſaõ effeitos de veneno. E os freſcos, ainda que ſejaõ taõ bons como temos ditto, nem por iſſo ſe haõ de uſar indiſcriminadamente em toda a natureza, porque nos que forem biliοſos, e aduſtos, corromperſe-haõ com facilidade, e offenderàõ inſignemente, convertendo-ſe em colera, cauſando ardores, e ſede, e diarrheas. Tambem dizem que ſe naõ devem uſar nos calculoſos, que geraõ pedras, e areas, e nos gottoſos, no que lhe naõ achamos razaõ.

Virtudes Medicinaes

5 Os Ovos tem muitas virtudes medicinaes, porque a gema he anodina, ſerve para toda a dor, tem virtude de laxar, e digerir, della ſe faz o oleo de Ovos, q̃ he excellente para dores hemorrhoidaes, e para dores de dentes, e para tirar as nodoas, e ſinaes das bexigas. Ella tem virtude maturativa com que ajuda a cozer, e ſupurar os apoſtemas. A clara ſerve para muitos males, ou poſta por fóra, como repercuſſivo, nas inflamaçoens, ou tomada pela bocca, para os que eſcarraõ ſangue, e para outros mais uſos. Os pós das caſcas dos Ovos tem virtude para quebrar, e excluir as pedras, e areas dos rins. As membranas, ou pelliculas, que ſe achaõ entre a caſca, e clara, tem virtude diuretica, e poſtas ſobre as feridas das canelladas, logo depois dellas, curaõ-nas muito bem.

CAPI-

CAPITULO IX.

Dos Peixes em commum.

1 GRande he a variedade, e multidaõ de Peixes, que criaõ as aguas, mas nenhum de tanta utilidade ao corpo humano, como os quadrupedes, e volateis, de que temos fallado. Saõ todos os Peixes, e mariſcos frios, e humidos, huns mais que outros. Corrompemſe com facilidade, e he a ſua corrupçaõ muito peior, que as das carnes, porque eſtas, como ſe naõ corrompem taõ facilmente, ſempre nellas ſe conſervaõ mais tempo algumas partes incorruptas, o que naõ ſuccede nos Peixes, que em entrando nelles a corrupçaõ, breviſſimamente ſe contaminaõ todos. Comparados com as carnes, todo o Peixe ſe coze no eſtamago mais facilmente que ellas, e comparados entre ſi, huns ſe cozem com mais facilidade, e daõ menos mào alimento, e nutrem melhor, que outros, mas todos nutrem pouco, poriſto a Igreja os concedeo nos dias em que para caſtigo da natureza humana prohibio a carne. E entendeo Galeno, 1. que o Peixe era ſómente alimento accommodado para os homens ocioſos, e para os velhos fracos, pela facilidade com que ſe coze, e pelo pouco que nutre, e naõ para os robuſtos, e exercitados com trabalho, que pedem alimento mais firme: *Piſcibus alimentum* (diz Galeno) *hominibus otioſis, ſenibus imbecillis, & ægrotis eſt commodiſſimum; qui vero corpus exercent cibos poſtulant firmiores.*

1. 3. *De aliment. facult. cap. 29.*

2 Dos Peixes ha muitas differenças, naõ ſó pela variedade, mas pelos lugares em que vivem, porque huns ſaõ marinos, outros fluviaes, huns vivem nos lagos, e em aguas paludoſas, outros em aguas cor-

rentes. Huns em aguas, que correm por lodo, e terra, outros em aguas, que correm por areas, e por lugares pedragosos, aos quaes chamaõ Peixes saxateis. Dos marinos, saõ os melhores os que se achaõ no mar alto, onde os ventos, e a agitaçaõ maior das aguas lhe consome parte da humidade. Os litoraes, saõ peiores, porque os mares nas praias saõ menos agitados. e mais impuros. Daquelles julgou Galeno
2 2. que nutriaõ pouco menos, que as perdizes, e as
Cit. de mais aves deste genero, porque delles se gerava hum
alimcap sangue entre crasso, e tenue, como o dos melhores
75. volateis: *Laudatissimus sanguis* (saõ as suas palavras) *est qui inter crassum, & serosum exactemedius est, qui fit ex pane optime præparato, & animalib. volucribus, perdice scilicet, aliisque id genus, quibus ex marinis piscibus pêlagii sunt propinqui.* E destes
3 se ha de entender o que o mesmo Galeno 3. repetio
Cit. de em outro lugar, dizendo. *Alimentum quod ex pisci-*
alim. *bus sumitur, non modo ad coquendum est facile, sed*
cap. 27. *hominum etiam corporibus est saluberrimum, ut quod sanguinem mediæ consistentiæ generet; medium autem voco, qui neque admodúm tenuis, aquosus, neque vehementer crassus est.*

3 Os Peixes fluviaes de rios grandes, saõ taõ bons, quando naõ sejaõ melhores, como os do mar alto, principalmente se forem saxateis, criados em agua limpa, porque saõ mais duros, e naõ tem tanta humidade, que os corrompa, cozem-se com facilidade, e gera-se delles sangue de moderada textura, ou consistencia, com que nutrem sufficientemente,
1 e Galeno 1. os tem por melhores que todos os Pei-
3. Ali- xes. Os Peixes fluviaes de rios pequenos, saõ me-
mentor. nos bons, e peiores que todos saõ os que vivem em
cap. 30. lagos. ou lagoas, e em rios lutosos, e immundos, cujas aguas saõ impuras, e mal cheirosas. Se os rios pequenos

quenos saõ de aguas claras, e limpas, que correm por lugares saxosos, saõ os Peixes de bom gosto, mais duros, e menos humidos, que os outros; cozem-se bem, e daõ mediano nutrimento ao corpo. Em rios pequenos ha em Galiza, e na Provincia de Tras-os montes muitas trutas deliciosas para o gosto, que excedem a bondade de todos os maes Peixes marinos, e fluviaes, exceptuando o salmaõ. Os Peixes testaceos, ou crustados, como he a lagosta, e as ostras, saõ os peiores, porque se cozem mal, e daõ alimento crasso, e de mào succo.

4 Os Peixes de escama, saõ melhores, que os de pelle, porque aquelles, saõ mais tenros, e friaveis, mais seccos, e menos lentos, e estes saõ viscidos, glutinosos, muito mais humidos, e cheios de partes excrementicias, que como tem a pelle dura, naõ dá lugar a que se exhalem por ella as suas superfluidades, que nos escamosos transpiraõ melhor, ou se convertem em escama, e poristo se cozem peior; que os escamosos, e se corrompem mais facilmente que elles.

5 O Peixe secco, e salgado, he menos nocivo, que o fresco: porque como lhe falta a humidade, naõ se corrompe taõ facilmente, nem causa tantas defluxoens, e estillicidios, como o Peixe fresco, e ainda que algum Peixe secco se coza no estamago mais difficultosamente, que o fresco, nunca levarà tanto tempo de cozimento, que enfade o estamago, porque em pouças horas se coze o mais indigesto Peixe como he o polvo duro, e secco. Porèm se o Peixe for salgado de muito tempo, serà muito secco, e terà poucas partes uteis, e nutrientes, serà muito duro, e de difficil cozimento. Entre os seccos, os que se seccaõ ao vento, como o bacalhao, saõ melhores, que os que se seccaõ só à força de muito sal, e ao fumo, que lhe deixa humas partes fuliginosas, que

nunca se apartaõ bem delles.

6 Na preparaçaõ differem muito os Peixes, porque em quanto ao gosto, huns saõ melhores assados, outros cozidos, e fritos, e ensopados outros, mas os que ficaõ menos nocivos, saõ os cozidos, entaõ os assados, e ultimo lugar os fritos. Porque o Peixe cozido, larga no cozimento as suas partes excrementicias, de que os assados conservaõ muitas, porque o fogo lhas naõ consome todas; e nos fritos, com a lentura do azeite, ou da manteiga, se conservaõ melhor as partes lentas, viscidas, e glutinosas do Peixe; razaõ porque he o frito peior que o assado, e o cozido, ou de outro qualquer modo guizado.

7 Todo o Peixe he infenso aos nervos, e comido com muita continuaçaõ, laxa, e enfraquece as fibras, cujo tenor dissolve, principalmente sendo fresco, porque tem mais humidade, que com o sal se desseca, e por isto se naõ deve dar a pessoas de estamago, e temperamento humido.

8 As ovas dos Peixes todas saõ màs, porque naõ se cozem bem, perturbaõ o ventre, e causaõ muitas vezes dores de colica. Entre todas as ovas, as peiores saõ as de barbos, e bogas, principalmente no mez de Maio.

CAPITULO X.

Dos Peixes em particular.

SALMAÕ.

Salmo. 1 ENtre os peixes tem Galeno 1. por melhores os saxateis, que como dissemos no Capitulo antecedente, saõ os que se criaõ em rios grandes de agua doce, que correm por lugares saxosos, e entre

1 3. *Alimen.* 30

entre estes tem o primeiro lugar o Salmaõ, que he hum dos peixes, que do mar passaõ para os rios, onde se pescaõ. Em Portugal achaõ-se os Salmoens no rio Minho, que corre pela Provincia, a que deo nome. Em Aquitania, e Hollanda ha muitos, e faz-se delles tanta estimaçaõ, que he o unico peixe, que se vende por libras, decretando-o assim o governo publico, para que possa chegar aos que o quizerem. He delicioso no gosto, coze-se com facilidade, porque he tenro, e friavel, sem viscosidade, e lentura, que o condenne; por cuja causa se digere bem, e nutre medianamente. Salgado, e secco ao fumo, se conserva muito tempo, e se leva a regioens distantes. E ainda que sempre he bom o Salmaõ, o fresco he o melhor, e o de mais suave gosto he o do ventre, de que se deve comer menos; porque relaxará o estamago, causará nausea, e fastio, com a muita gordura que tem, da qual se lembrou Ausonio fallando deste peixe, quando disse:

-------------------- Cui prodiga nutat
Alvus, optimatoque fluens abdomine venter.

SALMONETE.

2 OS Salmonetes (que naõ saõ salmoens pequenos, e chamaõ-se assim pela semelhança, que tem com os salmoens) tambem saõ mui estimados, e os Antigos os compravaõ a pezo de prata, pelo seu bom gosto, e pela facilidade com que se cozem, por serem duros, e friaveis, com huma dureza tenra, que os naõ faz incoctiveis, mas antes os ajuda a cozer, e destribuir melhor. Nutrem, como os salmoẽs. Dos Salmonetes huns saõ barbados, outros imberbes; aquelles estimaõ-se mais, porque tem alguma diffe- *Mullus.*

rença

rença no gosto, mas todos saõ bons. Tambem louvaõ mais os de mediana grandeza, ainda que elles saõ de pequena todos. Marcial dà a entender, que os maiores pezavaõ duas libras, quando disse.

Nunc ut emam grandemque Lupum,
Mullumque bilibrem,
Indixit cænam dives amica tibi.

1 Lib. 9. cap. 17.

Plinio 1. faz mençaõ de hum Salmonete, que pezou oitenta libras, cousa que merece pouco credito.

SOLHO.

Lupus.

3. O Solho tiveraõ os Antigos pelo melhor dos peixes, antes de terem noticia do salmaõ, e foi mui precioso entre os Romanos. Alguns Poetas antigos o reputaraõ por cousa taõ divina, que lhes parecèo da geraçaõ dos seus fallos Deoses. 2.

2 Apud Aldrovand. 4. de pis. 2.

Cestrium, Cephalim, & prolem Deorum Lupum.

Chamaràõ-lhe *Lupus* os Latinos, pela sua grande voracidade. He peixe que do mar passa para os rios, e saõ melhores os que se achaõ nelles, que os que se pescaõ no mar, por participarem de hum, e outro pasto, de agua doce, e salgada, de que fallou Marcial 3. dizendo.

3 Lib. 3. cap. 89.

Laneus Euganei Lupus excipit ora Timavi,
Æquoreo dulces cum sale pastus aquas.

Virtudes Medicinaes

He o Solho de facil cozimento, porque he tenro, e friavel, tem hum sabor delicioso, gera-se delle sangue entre tenue, e crasso, que nutre bastantemente. Do Solho se escreve que tem grande virtude para as

alporcas,

alporcas, que chegado a qualquer parte do corpo, as cura. O ſeu fel miſturado com mel, gaſta as nevoas dos olhos. A pedra, que ſe acha na ſua cabeça, tem virtude para as dores de cabeça, trazida ao peſcoſſo, e para os achaques de pedra, e arèas, tomando-a em pò. O ſeu ventre comido, ajuda a digeſtaõ do alimento. As ſuas ovas comidas, ou ſejaõ freſcas, ou ſeccas, curaõ o faſtio.

TRUTA.

4 A Truta tambem he hum dos peixes fluviaes, e marinos, taõ ſemelhante ao ſalmaõ na fórma, e no goſto, que muitos entendèraõ, que os ſalmoens heraõ Trutas grandes. Cozem-ſe as Trutas facilmente no eſtamago; ſaõ de agradavel goſto, e naõ ſó para os ſaõs ſervem de alimento, mas tambem para os febricitantes, e convalecentes, porque naõ ſe corrompem, e daõ hum alimento frio, e humido, e nutrem medianamente. Haõ de comerſe freſcas: porque de hum dia para outro tem menos goſto. Depois de cozidas em vinagre, ſe conſervaõ alguns dias, e ſe levaõ a terras diſtantes ſem corrupçaõ, mas ſem aquelle goſto, que tem comidas no meſmo dia em que ſe peſcaõ. O melhor modo de as preparar, he cozendoas em vinagre, e comendoas frias, com ſal, e pimenta. Tambem ſe comem aſſadas, ſegundo o goſto de cadaqual; mas diz o adagio Portuguez: que. *Truta*

Quem a Truta aſſa,
& a perdiz coze,
naõ ſabe o que come.

Virtudes Medicinaes

A gordura da Truta derretida, e lançada nos ou-

ouvidos, cura a ſurdez, e he remedio das almorreimas inchadas, e doloroſas, applicada nellas.

VVBARANA.

☞ *Vubarana.* 5 ESte peixe he na figura ſemelhante ás noſſas Trutas, naõ tem dentes, e no lugar da lingoa tem huma pedra. Aſſado he de bom goſto, cozido naõ, por cauſa das muitas eſpinhas. Acha-ſe no Brazil.

CARPE.

Carpio. 6 ESte peixe dizem que ſó ſe acha no lago Benaco de Veneza, e que ſe ſuſtenta de arèas de ouro; ainda que outros eſcrevem que tambem ſe acha em rios, e em mais lagoas; e delle ſe referem muitas virtudes medicinaes. O ſeu fel he bom para gaſtar as nevoas dos olhos. A ſua gordura, ou enxundia, he boa para convulſoens de nervos, e para os ſeus achaques que procedem de calor. O ſeu oſſo, ou eſpinha triangular, he util nas colicas, aſſim inteſtinaes, como nephriticas, e nos accidentes de gotta coral. Huma pedra, que ſe lhe acha no palato, tem virtude de refrigerar as entranhas, e de temperar a ſede nas febres ardentes, e de cohibir as hemorrhagias de ſangue pelo nariz, tomandoa na bocca. Duas pedras, que tem perto da ſuperficie dos olhos, que ſaõ de fórma ſemilunar, e de conſiſtencia dura, ſervem para a gotta coral, e para todo o froxo de ſangue. Outra pedrinha triangular, que tambem nelle ſe acha, tem preſtimo para os pleurizes, e para desfazer a pedra dos rins, e para ſuſpender o froxo de ſangue que corre pelo nariz, fazendoa em pó, miſturando-a com o pelo dos marmellos verdes, e sorvendo tudo pelo nariz por onde o ſangue corre.

Virtudes Medicinaes

CVRI-

CVRIMATA'

7 HE este peixe semelhante ao carpe, na figura, na cor, e na carne, mas naõ se acha senaõ nasaguas doces. Pescase nos rios do Brazil. *Curimatu.*

BARBOS.

8 OS Barbos de rios grandes, que correm por lugares petrosos, e por arèas grossas, tambem saõ suadaveis, cozem-se bem, e nutrem bastantemente. Sendo de rios pequenos, ou que naõ corraõ por entre pedras, saõ molles, e viscosos; cozem-se mal, e corrompem-se, e destes se deve entender o que escreveo Cardano, e Platina, que os condennaõ totalmente por vis, e nocivos. Os Barbos quanto mais velhos, melhor gosto tem, e menos offendem, porque saõ mais duros, e livres daquella humidade, que os amollece; o que Ausonio affirmou, quando disse: *Barbus.*

--------------------*Laxos exerces Barbe natatus;*
Tu melior peiore ævo, tibi contigit uni
Spirantum ex numero non illaudata senectus.

BOGAS.

9 AS Bogas naõ só se achaõ nos rios, mas tambem no mar; saõ mais pequenas que os barbos, que destes já vimos muitos de oito arrates, e Bogas nunca vimos que passassem de hum. Saõ como os barbos no gosto, e na facilidade com que se cozem, e no que nutrem. As suas ovas saõ taõ nocivas, que muitos as julgáraõ venenosas; porque subvertem *Bocca.*

vertem o eſtamago, e cauſaõ colicas.

ESCALLO.

Capito. 10 OS Eſcallos ſaõ como os barbos, com que parece, que tem alguma amizade; porque ſe achaõ juntos; cozem-ſe facilmente, e ainda tem melhor goſto, que os barbos; ſerà tal vez por ſerem mais defendidos das eſcamas, que por terem muitas, lhe chamaraõ eſcamoſos:

Squameus herboſas capito inter lucet arenas.

CAPAVNA.

Capaúna. 11 HE peixe da America, acha-ſe entre os cachopos, e pedras do mar, e por iſto tem a carne dura, friavel, e he de bom goſto, principalte comendo-ſe cozido.

SAVEL.

Aloſea. 12 O Savel tambem ſe conta entre os peixes fluviaes, mas naõ ſe cria nos rios, ſenaõ que do mar ſe lhe communica. Achaõ-ſe os Saveis em muitos rios, porque ſaõ os peixes, que mais vagaõ pelos mares, e como ſaõ muitos os rios, que no mar entraõ, por iſto ſe achaõ em tantas partes. Os que ſe peſcaõ nos rios, ſaõ melhores, que os do mar: porque eſtes ſaõ ſeccos, e tem huma certa acrimonia, e ſalſugem, que cauſa ſede, nem ſaõ de taõ ſuave goſto, como os de rio doce, os quaes quanto mais longe do mar ſe peſcaõ, tanto melhores ſaõ; porque ficaõ mais livres daquella ſalſugem, que os condenna. Entraõ os Saveis nos rios, quando eſtaõ prenhes,

nhes, e tornaõ para o mar, quando haõ de parir. Depois que deixaõ o mar, e entraõ nos rios brevemente se impinguaõ, e engordaõ, e se fazem de suavissimo gosto; mas nem por isto tem grande estimaçaõ, que a perdem pela muita quantidade, e ficaõ sendo alimento do povo, os que se foraõ raros, só se achariaõ na mesa dos Principes, o que já exprimio Ausonio dizendo:

Stridentesque focis obsonia plebis Alosas.

Saõ os Saveis lentos, viscidos, e glutinosos, e por isto se cozem mal, e se destribuem peior, causaõ defluxoens de estillicidio, e sonnolencias, daõ hum alimento de máo succo, mas nutriente. As suas ovas offendem o estamago, e causaõ colicas cruelissimas. Os Saveis salgados, e seccos offendem menos, porque tem perdido o lentor, e a humidade com que fazem danno; mas saõ mui indigestos, e pouco nutrientes. A gordura do Savel he util para as almorreimas inchadas, e duras, naõ estando inflammadas, nem mui dolorosas. *Virtudes Medicinaes*

LAMPREA.

30 A Lamprea foi tida em grande estimaçaõ entre os Antigos, e ainda hoje se naõ estima pouco. He peixe, que do mar entra nos rios de agua doce. Tem hum sabor delicioso, mas coze-se mal no estamago, he indigesta, e geraõ-se della humores melancolicos, e glutinosos, que causaõ obstrucçoens; razaõ porque a reprova Galeno; 1. E considerando alguns o agradavel sabor deste peixe, e os muitos danos, que causa, lhe chamàraõ veneno doce. No Estio saõ as Lampreas mais duras, e de menos gosto; na Pri- *Murœna.*

1 3. *Aliment.* 30

na Primavera, que he quando estaõ prenhadas, saõ mais suaves, e gostosas; o que já advertio Horacio 2.

2 Lib. 2. serm. satyr. 8.

Affertur squillas inter Muræna uatantes
In patina porrecta; sub hoc Herus: Hæc gravida, inquit,
Capta est, deterior post partum carne futura.

Virtudes Medicinaes.

Da Lamprea se escreve, que comida com pimenta, he util para os que padecem queixas nephriticas, e que he remedio para a lepra, e mais achaques escabiosos, e cutaneos, para o que louva Plinio 3. a cinza da Lamprea misturada com mel. Os seus dentes dependurados ao pescoço dos meninos lactantes, preservaõ-nos do trabalho da dentiçaõ, porque lhes sahem os dentes sem tantas dores. A cinza das pelles das Lampreas misturada com vinagre, e applicada nas fontes da cabeça, he remedio para as suas dores. A sua gordura he boa para untar as mãos, e cara dos que tiveraõ bexigas, porque naõ fiquem sinaes dellas. Tambem he util em quaesquer dores, applicando-a quente, porque he anodina. Em algumas terras da Provincia de Entre Douro, e Minho seccaõ as Lampreas, abrindoas, e salgandoas; e tirando-lhes bem o sal, tem mui bom gosto, e naõ offendem tanto como as frescas.

3 *Lib.* 37. *cap.* 7.

PESCADA.

Assellus

14 DOs peixes marinos he a Pescada a que mais se chega na bondade aos peixes fluviaes saxateis; razaõ porque Galeno 4. os substitue com ella. He a Pescada lenta, e crassa, e por isto lhe fica bem o sal, porque lhe desseca parte do lentor, e humidade que tem, e deste modo se coze melhor

4 *Lib. de attenuant. vict. c.* 8.

melhor no estamago, do que comendo-a sem sal. He dos peixes, que menos offendem, principalmente comendoa com mostarda. Das Pescadas, as melhores saõ as do mar alto; que por mais batidas com as aguas, tem menos parte excrementosas, e sobre ficarem mais puras, tem melhor gosto. Os seus figados saõ melhores, que os dos maes peixes. As Pescadas seccas, ainda que saõ mais duras, naõ saõ peiores, que as frescas: porque naõ tem aquella humidade glutinosa, que o sal, e o tempo lhe tem gastado; e por isto saõ menos nocivas, e naõ fazem tanto estillicidio, como as frescas; o que se ha de entender de todo o peixe secco.

BACALHA'O.

15 O Bacalhao, que he huma especie de pescada, mais duro, e de peior alimento que *Asellus minor.* ella, coze-se difficultosamente, gera humores melancolicos, e mal depurados das suas partes excrementicias. He o alimento dos pobres, e dos rusticos; e proprio para pessoas que trabalhaõ, e se exercitaõ muito. Naõ se deve usar em pessoas delicadas, nem nas que passaõ vida sedentaria.

BADEJO.

16 O Badejo, a que em outras terras chamaõ *Scomber.* bacalhao de passa, achase no mar Oceano; he crasso, pingue, viscoso, de difficil cozimento, destribuesse mal; gera humores crasos, e glutinosos, e nutre bastantemente, ainda que com succo de prava natureza. Naõ se deve usar senaõ em pessoas robustas, e exercitadas. Salgado, e secco, he menos nocivo; porque fica menos pingue, e menos viscoso.

viſcoſo. He peixe de bom goſto, como ordinariamente ſaõ os lentos, e pingues. Do ſeu ſangue, e da ſua gordura, e entranhas, ſegundo eſcreve Plinio, 1. faziaõ os Antigos hum condimento de mui ſuave goſto, a que chamavaõ garo, do que faz mençaõ Marcial: 2.

1 Lib. 31. c. 7. & 8.

2 13. Epigr. 102.

Expirantis adhuc ſcombri de ſanguine primo.
Accipe fæcoſum munera cara garum.

Tralliano reprova eſte peixe nos que ſaõ ſugeitos a accidentes epilepticos, pelo ſucco craſſo, e terreſtre, que delle ſe gera. Eleano 3. por experiencia dos peſcadores, eſcreve, que he bom para curar a icterícia. Outros dizem, que a ſua gordura inſtillada nos ouvidos, he util para para os achaques delles. Plinio 4. affirma que os Badejos ſuffocados, e podres em vinagre, curaõ as ſuffocaçoens do utero.

3 Lib. 12. cap. 46. Virtudes Medicinaes

4 Lib. 32. cap. 30.

PEIXE PAO.

Aſſellus maior.

17 Este peixe he na figura ſemelhante ao bacalhao, ainda que cá nos naõ chega aberto como elle. He muito mais comprido, e muito mais duro porq̃ depois de ſecco, para ſe cozer, he neceſſario batelo primeiro muito bem com huma maſſa. He craſſo, ſecco, indigeſto; coze-ſe mal no eſtamago; e por ſer demaſiadamente ſecco, nutre mui pouco.

PEIXE LINGUE

Lingus

17 O Peixe Lingue he na feiçaõ mais parecido ao bacalhao, mas de melhor goſto, e menos ſecco. Coze-ſe mal; gera-ſe delle humores craſſos, e melancolicos; nutre banſtantemente.

PA-

PARÂU.

19 ESte peixe acha-se no Brazil, naõ he dos mais gostosos mas come-se, e coze-se com facilidade. *Pará.*

TAMBORIL.

20 ESte peixe he crasso, duro, e secco; coze-se de vagar, e naõ se destribue bem; causa flatulencias; mas depois de cozido, nutre muito. *Tamborillus*

PEIXE PREGO.

21 O Peixe Prego he duro, secco de máo gosto; coze-se vagarosamente, a respeito de outros peixes, que se cozem com facilidade, e naõ se destribue bem; mas comtudo isto, dá pouco trabalho ao estamago, porque naõ tem lentor, nem oleosidade com que o subverta; e he a razaõ porque naõ tem bom gosto, nem nutre muito. *Clavis marinus*

CONGRO.

22 O Congro, que foi muito estimado dos Antigos, tem hoje pouca estimaçaõ. He crasso, duro, viscido, e cartilaginoso, como diz Rondelecio; 5. e poristo de difficil cozimento, e digestaõ; gera humores crassos, e viscosos, de que resultaõ obstrucçoens nas primeiras vias. He elle de bom gosto, assim assado, como cozido, ou de qualquer outro modo cozinhado. Perguntaráõ a Diocles, que foi hum homem douto entre os Antigos, qual era melhor, se o congro, se o solho; respondeo, que ambos, *Conger.*

5 *Lib.* 4. *c.* 1.

Virtudes Medicinaes ambos, mas que havia de ser o olho assado, e o Congro cozido. Delle escreve Clearco, que aclara a voz, e a faz espedita.

Candido Congro, & omnibus viscidis
Tu piscibus vescere: his alitur spiritus;
His celerior fit vox, & expedita magis.

SAFIO.

Congrus niger.

23 O Safio he huma especie de Congro; he crasso, mas menos lento, e viscoso, que o Congro, e por isto naõ tem taõ bom gosto como elle, e se coze mais facilmente no estamago; gera-se delle sangue tenue, e crasso, que nutre bastantemente.

PEIXE VOADOR.

Piscis volans.

24 ☞ Este peixe tem azas com que voa como huã andorinha sobre os mares, atè que as azas se seccaõ, e entaõ se metem na agua para ashumedecér, e tornaõ a voar; o que fazem quando outros peixes as perseguem; e escreve Margrave no livro da historia dos peixes do Brazil, que vira mais de mil voando no Oceano, fogindo às douradas, que os perseguiaõ. Cozido he peixe de bom gosto, segundo diz o mesmo Autor.

MOREA.

Murena

25 Este peixe tem alguma semelhança com a lamprea, e por isto os Latinos lhe chamaõ Murena; ainda que he mais grosso, e espalmado que ella; naõ tem buracos, e he listado de cor de ouro. No sabor differe muito da lamprea, porque o naõ tem taõ bom. Coze-se mal no estamago, e naõ se destribue bem. Gera-se delle humores crassos, e melanco-

licos,

licos, que causaõ obstrucções. Nutre bastantemente.

ATUM.

26 O Atum ainda he mais crasso, mais duro, e indigesto, que o congro; coze-se com muita difficuldade; geraõ-se delle humores crassos, terrestes, e melancolicos. O seu ventre he muy pingue, e por isto subverte o estamago, causa nauseas, e fastios. As partes pingues, e oleosas do Atum convertem-se em colera, e causaõ muitas vezes dores de colica. Naõ se devem dar a pessoas delicadas, e que vivem sedentariamente, senaõ a homens robustos, trabalhadores, e exercitados. O Atum secco, e salgado, he mais duro, que o fresco coze-se com mais difficuldade no estamago; mas de qualquer modo que seja, se se cozer bem, nutrirà muito. *(Thunnus.)*

Do seu sangue se escreve, que untando com elle o rosto, não deixàra nascer cabello na barba. A sua gordura he boa para curar as chagas da bocca. A cinza da cabeça, cura as pustulas das partes obscenas. O Atum posto sobre a mordedura de cão dannado, he remedio della. E se o caõ naõ for dannado, tambem a cura. Tambem he bom para o veneno das viboras, assim comido, como posto sobre o sua mordedura. *Virtudes Medicinaes*

ESCOLAR.

27 O Escolar he peixe marino; acha-se no mar do Algarve; he maior que a pescada, com que tem alguma semelhança, ainda que he mais redondo que ella, e a cabeça parece-se com a de Salmão. He peixe crasso, duro; coze-se, e digere-se *(Scholaris.)*

com difficuldade; e por isto causa obstrucçõos; e flatulencias; e geraõ-se delle humores melancolicos; mas he de grande nutrição.

CORVINA.

28 A Corvina he peixe de bom gosto, mas de difficil cozimento, para o qual se requer estamago robusto; dà alimento de máo succo, crasso, e lento, de que se gera sangue de semelhante natureza. A sua cabeça, e o ventre saõ as partes de sabor mais agradavel. Da cabeça faziaõ tanto caso os Romanos Antigos, que as davaõ como tributo ao Triumvirato, que os governava, segundo refere Paulo Jovio. A cinza das entranhas, e escamas da Corvina tem virtude para tirar o panno, e nodoas do corpo. As pedras que se achaõ na sua cabeça, saõ excellentes para as dores de colica; e em França, diz Ballonio, que se vendiaõ engastadas em ouro, e que lhe chamavão *Pierre de colique*; porque trazidas ao pescoço, não só curavaõ as dores de colica, mas preservavaõ de que já mais repetissem.

(Sciena)

Virtudes Medicinaes

ENGUIA, EIROL.

29 A Enguia, e o Eirol, foraõ peixes muito preciosos entre os Antigos. Os Egypcios os tiveraõ por cousa sagrada, segundo escreve Atheneo: *Maximum esse numen anguillas putas: obsonium verò nos multò lautissimum.* Sendo assim, que elles mesmos tinhaõ a Enguia por venenosa: porque para haverem de a comer, lhe cortavão a cabeça, e a cauda, em que entendiaõ, que estava o veneno; e depois comiaõ-na com acelgas, porque como esta erva tem virtude nitrosa, emendasse, e detergesse a humidade

(Anguilla.)

humidade excrementicia das Enguias: *Candida* diz Eubulo.

Candida adeſt betis veſtito corpore Nympha.
Expers conjugis anguilla.

He a Enguia hum peixe limoſo, craſſo, lento, que ſe coze mal no eſtamago, o qual ſubverte, e cauſa obſtrucções; por ſer muy glutinoſa, offende muito aos que padecem queixa de pedra, e areas; e gotta arthetica; retarda a purgaçaõ do menſtruo, de que naſcem muitos dannos; e por iſto o Commentador da Eſcola Salernitana, 1. fallando da Enguia, diſſe que fora iniquidade da natureza dar taõ ſuave goſto a hum peixe, que por nocivo ſe devia reprovar: *Sic ut iniquè natura feciſſe videatur, quæ tam ſuavem refutandis, expuendiſque piſcibus indiderit ſaporem.* Hum dos dannos, que cauſaõ as Enguias, he offender a voz com a ſua lentura, e viſcoſidade, ſegundo ſe lè na meſma Eſcola de Salerno.

1 Cap. 31

Vocibus Anguillæ pravæ ſunt, ſi còmedantur.
Qui Phyſicen non ignorant, hæc teſtificantur.

30 Com tudo iſto, não deixaõ de ter as Enguias ſuas virtudes medicinaes. A gordura, que dellas pinga, aſſando-as em eſpeto, tem virtude para a ſurdez, e para dores antigas de ouvidos, inſtillando-a quente nelles. Tambem ſerve para as alporcas, untando-as com ella, e para dores de juntas, e nervos, e para fazer, que naſça o cabello. A Enguia cozida em panella, lança de ſi hum oleo, o qual miſturado com manteiga crua, he bom remedio para dores de almorreimas. O vinho em que ſe afoguem as Enguias dado a beber, cauſa odio ao vinho. O ſeu fel ſerve

Virtudes Medicinaes

para nevoas, suffosões dos olhos. O fumo da pelle de Enguia salgada, cura as dores de ventre na dysenteria, recebendo-o no intestino recto; e he remedio para a procidencia do utero. O seu sangue bebido quente com dobrada quantidade de vinho vermelho he bom para as dores de colica, e preserva de que repitão, segundo o que escreve Marcello. Para dores de almorreimas se louva o seguinte remedio: Toma-se huma Enguia limpa das entranhas, cortada a cabeça, e a cauda, coze-se em panella vidrada; e a gordura que se acha no fundo da panella se applica nas almorreimas. Os pós do figado de Enguia facilitaõ o parto difficultoso.

CHICHARRO.

(Trachurus.)

31 O Chicharro he hum peixe duro, e secco de máo cozimento, e digestaõ; gera humores crassos, que causaõ obstrucções. Naõ he para pessoas delicadas, senaõ para trabalhadores, e rusticos.

CIBA.

Sapia.

Virtudes Medicinaes

32 O Peixe Ciba he fungoso, e de pelle molle; coze-se mal, geraõ-se delle humores crassos, mas depois de cozido, nutre bastantemente. Os pós subtilissimos do seu osso, ou espinhas, tem virtude para tirar as nevoas dos olhos, e para suspender os froxos de ventre, tomados com assucar. E para os sinaes do rosto, como as sardas, e outras defedações, ainda que humidas, pela virtude abstergente, que tem este osso. Tambem o louvão para a asma, para gonorrheas, para a pedra, para fazer ourinar; e para as gingivas inchadas, do que se póde ver Eschrodero.

JAQUETA.

28 HE peixe he do Brasil, em cujos mares se acha; naõ he dos melhores, mas come-se sem danno. *Jaqueta*

PARGO.

29 O Pargo he hum dos peixes marinos litoraes, duro, e secco, de difficil cosimento, e digestaõ, principalmente sendo dos maiores; he de bom gosto, e nutrição. Naõ falta quem o tenha por hum dos peixes mais mimosos, e o antepoɲho à pescada; do que se póde ver Aldrovando. 2. *Pagrus.*

2. Lib.2.de pisc.c.8. in fine.

CHERNE.

30 O Cherne he huma especie de pargo; tem a mesma natureza; he de bom gosto, e nutre bem. *Orphus.*

RODOVALHO.

31 O Rodovalho tambem he litoral, e hum dos grandes peixes, que ha no mar; Rondelecio affirma, que vira hum de comprimento de cinco covados, e quatro de largo. Ha duas especies delle; hum aculeado, e outro leve; ambos de bom gosto, mas de difficultoso cozimento, e de boa nutriçaõ, depois de cozido. Os Antigos o estimavão tanto, que por adagio o encareciaõ, dizendo: *Nihil ad Rhombum* delle disse Marcial. 3. *(Rhombus)*

Quamvis læta gerat patella, Rhombum.
Rhombus latior eſt tamen patella.

Virtudes Medicinaes Deſte peixe eſcreve Plinio, que cura os males do baço, applicando-o vivo ſobre elle, e lançando-o depois no mar.

DOURADA.

(Aurata.) 32 A Dourada he peixe de bom goſto, e de facil cozimento, ainda que he dura; nutre medianamente; he melhor cozida em agua, e vinagre, do que aſſada. As de huns mares, ſaõ melhores, que outras. Archeſtrato louvou as de Epheſo, dizendo:

Auratam ex Epheſo ne prætermittite pinguem.

Marcial as do lago Lucrinio: 1.

Nos omnis laudem, pretiumque aurata meretur.
Sed cui ſolus erit concha Lucrina cibus.

1 *Lib. 13. Epigr. 90.*

PIRANEMA.



(Piranema.) 33 HE peixe do Braſil, acha-ſe no mar; he de bom goſto, e nutriçaõ.

MELGA.

Melica. S4 A Melga tem bom ſabor, naõ ſe coze mal no eſtamago; dà pouco nutrimento, e

he

he flatulenta; por cuja causa he preciso, que se tempere com os aromas, como saõ o cravo, a pimenta, e os mais do que se usa nas cozinhas.

BONITO.

35 O Peixe Bonito he dos mais saudaveis que tem o mar; coze-se com facilidade, e dà alimento de bom succo, mas nutre pouco. Galeno o teve por peixe duro, e indigesto, cuja doutrina naõ he bem recebida; e entende Rondelecio, e Salviano, que Galeno fallava de outros peixes, no que se accusa a corrupçaõ dos vocabulos. (*Amia*)

TARREIRA.

36 Este peixe he marino, e fluvial; àquelle chamaõ-lhe no Brasil, onde se pescaõ, *Tarreira do alto*; ao fluvial Tarreira do rio; ambos saõ de bom gosto, mas o do rio excede no sabor ao outro. (*Tarreira.*)

BUDIAM.

37 Budiaõ he peixe marino, e fluvial; aquelle he melhor, que este; mas ambos se cozem bem no estamago, e se destribuem com facilidade; saõ de suave gosto, e de pouca nutriçaõ. Juvenal o prefere aos salmonetes: (*Gobius*)

Nec mullum cupias, cum sit tibi Gobio tantum
In loculis.

2 Marcial 2. dá a entender, que os Antigos o estimavão muito, porque começavaõ por elle os seus banquetes:

Juxenii

In Venetis sint lauta licet convivia terris,
Principium cænæ Gobius esse solet.

Virtudes Medicinaes O caldo de budiaõ cozido em agua atè se desfazer, tem virtude de laxar o ventre. Assado, sem sal, e comido, cura as dysenterias, os cursos lientericos, e os tenesmos, se he certo o que escreve Simeaõ Seth. Dioscorides affirma, que tem virtude contra o veneno das serpentes, e do caõ dannado, applicando-o na parte mordida.

GAROUPA.

(Turdus.)

38 O Peixe Garoupa, a que Plinio chamou nobre entre os saxateis, he tenro, friavel de facil cozimento, e digestaõ, e de bom succo, e por isto se póde conceder aos convalescentes, e valetudinarios. Tralliano o poem no alimento dos pleuriticos, e dos epilepticos.

Virtudes Medicinaes

CHOUPA.

Acharne.

39 A Choupa he peixe de carne muy branca. Coze-se, e destribue-se bem, e nutre muito.

REQUEIME.

Scorpio

40 O Requeime, chamado Scorpio entre os Latinos, he peixe duro, de difficultoso cozimento, e digere-se mal. Naõ se ha de comer logo

logo depois de pescado, senaõ que se ha de conservar algumas horas sem o chegar ao lume, porque se faz mais tenro, e ha de cozer-se em agua, e azeite, com ervas aromaticas, que sobre se fazer mais brando, fica com melhor gosto. O seu fel tem virtude para as nevoas dos olhos. A pedra que se acha na sua cabeça, tomada em pós he remedio nas queixas de pedra, e areas, nas dysurias, e estrangurias. O seu cozimento feito em agua, facilita o ventre. Tem este peixe na cabeça, e costas humas espinhas taõ agudas, que o julgàraõ por venenoso; do que fallou Oppiano dizendo: 1.

Virtudes Medicinaes

Horrendum curvo qui gaudet scorpius antro.
Et canis, atque draco, volucresque per æquora hirundo.
Gobius in fulva nimium contentus arena,
Hi duris pugnant stimulis, funduntque venenum.

1 Lib. 3.

MELROA.

Merula.

41 A Melroa he peixe muy louvado de Plinio 2. he molle, tenro, friavel, de facil cozimento, e digestaõ; gera-se delle bom sangue, mas pouco nutriente. Cozida, póde-se dar aos febricitantes, convalescentes, e valetudinarios. Tralliano as usa nos que padecem accidentes de gotta coral, no fluxo hepatico, e nas intemperanças quentes do figado.

2. Lib. 32. cap. 11.

TRE-

TREMELGA.

Torpedo 42 A Tremelga, a que os Latinos chamaõ Torpedo, porque entorpece o braço do peſcador, he no ſentir de Galeno hum peixe cartilagineo, molle, e aggradavel, de facil cozimento, e de mediana nutriçaõ. Outros Eſcritores dizem o contrario: porque affirmaõ, que eſte peixe ſe coze com difficuldade, e que não tem ſabor que agrade. Eſta antinomia conciliaõ, dizendo, que do meio corpo para cima, he a Tremelga de bom goſto, e de facil cozimento, principalmente nas partes mais chegadas à cabeça; e que as partes inferiores ſe cozem mal, e não tem taõ bom goſto. Veja-ſe Aldrovando fallando deſte peixe.

Virtudes Medicinaes Tem a Tremelga muitas virtudes Medicinaes. Comida, abranda o ventre: chegada à cabeça, cura as ſuas dores, principalmente eſtando viva; o que faz tambem nas dores de gotta arthetica, preſervando de que repitaõ. Do azeite em que eſte peixe ſe cozer vivo, miſturado com cera, ſe faz hum unguento; que Aecio louva muito para as dores de gotta. Plinio diz, que facilita os partos, ſendo peſcada eſtando a Lua no ſigno de Libra, e tendo-a tres dias ao ſereno; o que Hollerio attribue ao vigor que a natureza toma na moderaçaõ das dores, que a Tremelga ſuſpende. A ſua pelle tirada de freſco, applicada no utero prolapſo, o faz recolher a ſeu lugar. Hippocrates 3. uſa deſte peixe por alimento nas dores do figado, nos tabidos, e nos hidropicos. A eſpinha do eſpinhaço cura as dores de dentes, fregando-os com ella; o ſeu figado cozido em azeite cura a ſarna, as comichoens, e as impigens, untando-as com eſte azeite.

3 Lib. de intern. affect.

PV.

PUDIAM.

43 ACha-ſe eſte peixe no mar do Braſil, e ha duas eſpecies delle, mais differentes na cor, que na natureza: porque hum he vermelho, outro verde, mas ambos ſe comem, e ſaõ de bom ſabor, e nutriçaõ.

Pudiannus.

UJA.

44 DO peixe Uja diz Rondelecio, que foy reputado por venenoſo, de ſorte que os peſcadores logo que o peſcavaõ, lhe cortavão a cauda, e duvidou-ſe ſe podia comer-ſe, ou ſe havia de regeitar-ſe da meza como veneno; e affirma, que em Veneza ſe prohibio a venda deſte peixe pelo governo publico, mas conclue dizendo, que todo o ſeu veneno eſtà no raio que tem na cauda, e que cortada eſta, ſe come o mais ſem offenſa de veneno; ſendo que he peixe de máo goſto, molle, que ſe coze mal, e de que ſe geraõ humores noxios. Come-ſe cozido em vinagre, ou frito com farinha.

Paſtinaca. marina.

Hipocrates 1. uſa deſte peixe na cura dos tabidos, e da dor, e inflammaçaõ do figado. O azeite em que ſe cozer, he bom para os proidos, comichões e ſarnas. O ſeu raio applicado aos dentes, lhe cura as dores. O meſmo raio untado com oleo de meimendro, tocando no utero prolapſo, o faz recolher. E ſendo tirado o raio do peixe vivo, e atando-o ao embigo, facilita o parto, lançando a Uja no mar. Cura tambem as alporcas, picando-as muitos dias, e muitas vezes com o meſmo raio, ſem fazer ſangue, ſegundo o que eſcreve Plinio, e Marcello Empirico por eſtas palavras: *Acu oſſea, ideſt ſpiculo Trygonis,*

1 *Lib. de intern. affection*

Virtudes Medicinaes

quæ

quæ Paſtinaca dicitur, ſtrumam ſæpius punge, ſtatim areſcit.

TOLHO.

Piſcile. 45 O Peixe Tolho he duro; coze-ſe mal no eſtamago, gera humores pravos, e nutre pouco.

RAYA.

Raia. 46 A Raya tambem ſe coze mal no eſtamago, dá mào alimento, e nutre pouco. Naõ ſóbe a mezas nobres. O ſeu fel lançado morno nos ouvidos, tem virtude para a ſurdez. O azeite em que ſe cozer o figado da Raia, cura as impigens, e comichões, applicando-o quente. As alporcas picadas com as ſuas eſpinhas, ou raios, ſem fazer ſangue, ſeccão, e curaõ-ſe, como diſſemos do peixe Uja.

Virtudes Medicinaes

LIXA.

47 A Lixa he hum peixe duro, de pelle aſpera, que naõ he eſcamoſo; coze-ſe com difficuldade, e dá de ſi hum ſucco pravo, e de pouca nutriçaõ. He peixe vil, aſſim pelo máo cheiro, que de ſi lança, como pelo deſagrado do ſabor que tem. A cinza da ſua pelle cura as puſtulas das partes obſcenas. O azeite em que ſe cozer o figado da Lixa, he bom para as durezas do figado. As ſuas ovas ſeccas, e feitas em pós, curaõ todos os fluxos de ventre, tomando-os pela bocca.

Squatina.

CHANGARONA.

48 CHancarona he peixe craſſo, glutinoſo, de máo goſto, e de difficil cozimento, deſtribue-ſe mal, gera humores viſcoſos, e cauſa obſtrucções. *Molva.*

TAJASICA.

49 ESte peixe acha-ſe no Braſil, e os peſcadores os tiraõ com os pes da area em que ſe eſconde. He de bom goſto, e nutriçaõ, ſegundo eſcreve Guilherme Piſſ. *Do Tajaſica*

CAÇAM.

50 O Caçaõ he peixe duro, craſſo, mal ſaboroſo, de que ſe gera ſangue de pravas qualidades; e por iſto he juſtamente mal reputado. Os Cações ſeccos ſaõ menos màos, mas nunca bons; e ſempre de pouca nutriçaõ. *Galleus*

LITAM.

51 OS Litoens ſaõ os cações pequenos; tem a meſma natureza que os grandes; mas offendem menos, porque ſe cozem com mais facilidade, principalmente ſe forem ſeccos; e nutre muy pouco. *Ichthyocolla minor.*

SA-

SAPO.

Uronoſcopo.

52 O Peixe Sapo tem os olhos no alto da cabeça, e he do predicamento, e qualidades do cação; nutre pouco, naõ tem bom goſto, e por iſto ſe não eſtima. O ſeu fel he louvado para as nevoas, e ſuffoſoens dos olhos; e entendem alguns, que com elle foraõ curados os olhos de Tobias.

Virtudes Medicinaes

SARGO.

Sargus.

53 O Sargo he hum dos bons peixes, que criaõ as aguas, principalmente os que ſe peſcaõ em lugares ſaxoſos. Tem bom goſto, e ainda que ſe naõ coze com facilidade, recebe o eſtamago bem; dà hum ſucco de boa digeſtaõ, e nutre baſtantemente. Os dentes deſte peixe trazidos ao peſcoço, preſervaõ os dentes de dores, e corrupçaõ; ſe he certo o que diz Kiranide. 1.

Virtudes Medicinaes

1. Apud Aldrov. 2 de piſc 16.

DOCAINA.

Cuculus

54 A Doçaina he hum peixe duro, e ſecco, de ſabor pouco agradavel; coze-ſe mal; he indigeſto; geraõ-ſe delle humores craſſos, de prava natureza, e de pouca nutriçaõ. Hippocrates 2. o concede nos males chronicos, que dependem de humores fleumaticos.

Virtudes Medicinaes

2. Lib. de intern

BOCAMOLLE.

☞ Bocca-molle.

55 CHamaõ aſſim a eſte peixe, porque apenas o tiraõ da agua, quando logo amolece,

lece, e morre. No Brasil, onde se acha, chamaõ-lhe *Pira Jurumembeca*. He de bom gosto, e de facil cozimento.

PEIXE GALLO.

56 O Peixe Gallo tambem he duro, e secco como a Doçaina, mas de melhor gosto; he indigesto, e pouco nutriente. *Gallus marinus*

BORDALLO.

57 O Bordallo he peixe litoral, chamado assim, por andar sempre bordejando a praya, he vil, tem pouca estimaçaõ, por naõ ser de bom gosto, nem de bom cozimento, e nutriçaõ. *Ballerus*

PARDELHAS.

58 Pardelhas saõ huns peixes pequènos, pouco estimados, e proprios para o povo; naõ tem bom gosto, naõ daõ bom alimento, e lançaõ de si hum cheiro, ou fedor, que enjoa. Marcial 3. lhe chamou inuteis. *Mænæ*

Fuisse geres, & inutiles Mænas
Odor impudicus urcei fatebatur.

1 *Lib.* 12. *Epigr.* 32.

Mas as pardelhas saõ inuteis para o gosto, tem muitas virtudes medicinaes para a saude. A cinza dellas salgadas, misturada com mel, serve para as esquinencias. E só a cinza applicando-a nas chagas da bocca, e de qualquer outra parte, he remedio dellas. A *Virtudes Medicinaes.*

cinza

cinza da cabeça cura as chagas das partes pudendas; o que faz tambem o meſmo peixe applicado nellas. A meſma cinza ſerve para as rimas, e mais queixas das almorreimas; e miſturada com alho pizado cura as verrugas. O cozimento das Pardelhas laxa o ventre; e ellas ſalgadas, miſturando-as com fel de touro, e poſtas no embigo, fazem o meſmo.

PEIXE ESPADA.

Sphyræna. 59 O Peixe Eſpada he duro, ſecco, e algum tanto friavel; coze-ſe com difficuldade, tem bom goſto, e não nutre mal. O ſeu lombo he a parte de melhor ſabor.

TAMOATÁ.

☞ *Tamoatá.* 60 ESte peixe he fluvial; acha-ſe nos rios da America, onde tem eſte nome. Os Portuguezes chamaõ-lhe *Soldido*. Quando ſecca o rio em que vive, vay movendo-ſe pela terra atè achar agoa. He de bom goſto, e naõ offende.

PEIXE AGULHA.

Acus. 61 O Peixe Agulha he da meſma natureza, que o peixe eſpada; delle ha duas eſpecies, e ambos ſaõ duros, ſeccos, ſem lentor, nem mucoſidade; cozem-ſe de vagar, e nutrem baſtantemente.

ENXAVO.

Enxavus. 62 O Enxavo he peixe do rio de Sofala; tem feiçaõ de choupa, he muy pingue, e ſaboroſo

ſaboroſo; mas coze-ſe mal, e ſubverte, e relaxa o eſtamago com a ſua muita oleoſidade.

MUGEM.

62 A Mugem he peixe de ſuave goſto; porque he duro, e pingue; não ſe coze mal, nem ſe deſtribue bem; porque deſce com difficuldade do eſtamago, ao qual pòde ſubverter com a muita gordura, que tem. As melhores ſaõ as que do mar entraõ nos rios, ou nas lagoas; porque ſaõ mais pingues, e mais ſaboroſas. O pó do eſtamago da Mugem torrado, tem virtude para confortar o eſtamago. O vinho em que o ditto eſtamago ſe cozer, cura os vomitos; o que fazem tambem as tripas limpas da gordura. A pedra que ſe acha na ſua cabeça, tem virtude para os achaques de pedra, e areas, aſſim como todas as pedras, que ſe achaõ nas cabeças dos maes peixes.

Mugil.

Virtudes Medicinaes

TAINHA.

63 A Tainha he quaſi como a mugem, differe ſómente em que he menos pingue, e por iſto não offende o eſtamago, nem o laxa com a gordura. Coze-ſe bem, e dá alimento de boa digeſtaõ; e nutre mediantemente.

Ceſtrius

GORAZ.

64 O Goraz he peixe de ſuave goſto, duro, tenro, friavel coze-ſe bem, e dà hum alimento entre tenue, e craſſo, de moderada nutriçaõ. As pedras que ſe achaõ na ſua cabeça, tomadas em pó, ſoccorrem nas queixas de pedra, e areas, co-

Corax.

Virtudes Medicinaes

mo dissemos da mugem,

CACHUCHO.

Cachuxus. 65 O Cachucho he como o Goraz, e pouco differem, assim na figura, como na natureza, e virtudes medicinaes.

ROBALLO.

Lupus lanatus. 66 O Roballo he peixe moderadamente duro, e secco; coze-se bem, naõ enfada o estamago; destribue-se com facilidade; e nutre pouco.

RUIVO.

Mullus imberbis 67 O Ruivo tambem he duro, e secco, mas tenro, e friavel; coze-se facilmente, dá alimento tenue, de pouca nutriçaõ.

SALEMA.

☞ Salema. 68 HE peixe marino, e fluvial; acha-se no Brasil; he de bom gosto, coze-se, e distribue-se bem.

CABRA.

Mullus asper. 69 A Cabra he peixe como o ruivo: mais secco, e aspero que elle, he de facil cosimento, e digestaõ, e de pouco nutrimento.

FAN-

FANECA.

70 A Faneca tambem he ſecca, dura, e friavel, de facil cozimento, e deſtribuiçaõ, e nutre pouco. *Pſueca.*

RELHO.

71 O Relho he da meſma natureza, mas de menos bom ſabor, tambem nutre pouco. *Reus.*

BEZUGO.

71 O Bezugo he peixe de ſabor ſuave, he duro, ſecco, e friavel; coze-ſe, e deſtribue-ſe bem, e dá pouca nutriçaõ. *Belſuacus.*

PAMPANO.

72 O Pampano conta Galeno entre os peixes ſaxateis. Plinio eſcreve que no ſeu tempo foy tido em grande preço, e com razaõ, aſſim pela graça do ſeu ſabor, como pela ſua bondade; porque he molle, friavel, coze-ſe bem, deſtribue-ſe com facilidade, e laxa o ventre. As ſuas entranhas com os excrementos, ſaõ as partes de melhor goſto; por iſto diſſe Marcial, fallando deſte peixe: 1. *Scarus.*

Hic Scarus æquoreis, qui venit obeſus ab undis,
Viſceribus bonus eſt, cætera vilè ſapit.

CEIXUPIRAM.

Ceixuraõ. 73 HE hum dos melhores peixes que se achaõ nos mares do Brasil; pezado, pingue, de bom sabor, principalmente naõ sendo muito grande. Pela sua muita gordura offende o estamago.

PATARROXAS.

Patarroxas. 74 AS Patarroxas saõ huns peixes da figura do caçaõ, mas pequenos, porque os maiores saõ de palmo, e meio. Cozem-se com facilidade; saõ de bom gosto, e nutriçaõ. Pescaõ-se no mar de Cezimbra. daõ-se a convalescentes de febres, pela bondade da sua substancia, e pelo que nutrem.

Virtudes Medicinaes

Do fel do Pompano escreve Galeno, 1. que tem virtude para as suffosoens, e nevoas dos olhos. O seu figado comido, diz Eliano, 2. que cura a ictericia, e que tem virtude paaa as parotidas affirma Plinio.

1 4, *De comp. med. sec. loc.* 7.

2 *Lib.* 14. *cap.* 2.

LINGOADOS.

Lingulaca. 75 OS Lingoados saõ peixes dos mais mimosos, e dos melhores que tem os mares. Delles ha varias especies: porque ha o Lingoado commum, a que chamaõ *Buglossæ*, *e Lingulaca*, pela semelhança que a sua figura tem com a lingoa de boy. Ha Lingoado, a que chamão *Arnoglossus*; ha Lingoado C,apateiro, a que chamão *Hippoglossus* ha Azevia, a que chamaõ *Solea* parva, ou *Lingulaca*; ha Lingoado Savacho, a que chamaõ *Solea oculata*. Todos estes peixes saõ Lingoados, e differem em pouco; e todos saõ duros; tenros, friaveis,

Azevia *Solba.*

pouco

pouco glutinosos, de facil cozimento; e de tarda corrupçaõ; destribuem-se bem, e nutrem modicamente. Foraõ muito prezados dos Antigos, e sempre andáraõ em mezas nobres, assim pela eximia graça do seu sabor, como pela bondade da sua substancia; por razaõ das quaes naõ faltou quem chamasse á Solha, e ao Lingoado *perdiz marina*.

Todos estes peixes, e os que se contèm desde o numero 55. até este, se pódem dar aos convalescentes, e valetudinarios, e ainda aos febricitantes, se houve fastio grande.

SARDA CAVALLA.

76 A Sarda, e Cavalla, he peixe crasso, pingue, glutinoso, de agradavel sabor; coze-se mal, e naõ se destribue facilmente; geraõ-se della humores viscosos, salgados, e mordazes, que causaõ varios dannos. Salgaõ-se, e seccaõ-se as Sardas, e naõ ficaõ de máo gosto; e saõ menos nocivas: porque o sal, e o tempo lhe tem consumido o lentor, e humidade excrementicia, de que abundaõ. *Golias.*

SARDINHA.

77 A Sardinha he como a sarda, e alguns querem que seja sarda pequena; he peixe de excellente sabor, mas de mao cozimento, por ser taõ pingue, e oleosa, que subverte o estamago; geraõ-se dellas humores salsuginosos, de muita acrimonia, e mordacidade. As sardinhas frescas, ainda saõ peiores que as salgadas; porque tem mais gordura, e humidade, que o sal lhe desseca; e he o peixe que melhor soffre o sal; e depois de salgada, e secca, dura dous annos sem corrupçaõ. As cabeças de sardinhas, *Sardinia.* *Virtudes Medicinaes*

e ſardas ſalgadas feitas em pó, tem virtude para as alporcas. A cinza das meſmas cabeças queimadas, ſerve para o tumor, e ulceraçaõ das gingivas. A cabeça da Sardinha, e da ſarda, uſando-a como mexa, ou ſuppoſitorio no inteſtino recto, promove a evacuaçaõ dos excrementos. As Sardinhas bem ſalgadas, e antigas, poſtas nas ſolas dos pès, ha experiencia no Povo, que tem virtude para curar ceſoens.

ARANQUES.

Arinchus. 78 OS Aranques ſaõ huma eſpecie de ſardinhas maiores que ellas, mas da meſma natureza; tem ſemelhança com o ſalmaõ na cor, porque ſaõ vermelhos, mas differem totalmente na bondade: porque o ſalmaõ he o melhor peixe de todos, e os Aranques ſaõ dos peiores, que ha. Elles pela muita gordura que tem ſoffrem a ſalgadura, como as ſardinhas; e ha em Holanda hum grande contrato de Aranques ſalgados, de que ſó os direitos importaõ muitos milhoens.

CARAPA'OS.

Carapus 79 OS Carapáos quaſi que ſaõ como as ſardinhas; tem menos lentor, e humidade, e por iſto não offendem o eſtamago; cozem-ſe bem, e ainda que nutrem pouco, naõ ſe geraõ delles humores taõ ſalſuginoſos, e mordazes, como das ſardas, e ſardinhas, nem cauſaõ tantos eſtalicidios.

ME'ROS.

☞ *Merus.* 80 HE peixe Braſilenſe, e marino, de boa ſubſtancia, e do ſabor goſtoſo, coze-ſe bem,

tem, e nutre muito. No Brasil chamaõ-lhe *Cugupuguacu.*

LINGUEIRAM.

81 ESte peixe he da feiçaõ de sardinha, mas com maiores lombos, e sem bojo. Pesca-se no mar de Cezimbra. Naõ tem bom gosto como as sardinhas; coze-se facilmente, e nutre pouco. *Linguerio.*

CHOCOS.

82 OS Chócos saõ de bom gosto, mas cozem-se mal, e geraõ humores crassos, e viscosos, que se destribuem com difficuldade, e causaõ obstrucçoens nas primeiras vias. Galeno 1. os louva para os que padecem queixas de estamago; e Marcello Empirico diz que assados saõ bons para as colicas, e dores de ventre. Os Antigos reprovaraõ-nos por nocivos, mas pela graça de seu sabor saõ muito estimados, o que jà notou Durantes; quando disse. *Loligo.* *Virtudes Medicinaes.* 1. *Lib. de alim.*

Antiquis objecta fuit loligo, probatur.
Sed nunc, hancque petunt sæpe probantque loqui.

ENCHARROCOS.

83 OS Encharrocos saõ de suave gosto, mas muito lentos, e viscidos, e por isto se cozem mal no estamago, saõ indigestos; flatulentos; causaõ nauseas, colicas, e obstrucções nas primeiras vias. *Rana marina.*

POLVO.

Polypus 84 O Polvo he peixe duro, indigesto, de difficultoso cozimento; delle se geraõ humores crassos, e melancólicos, que causaõ outros dannos. He muy flautlento, por cuja causa entenderaõ, que incitava para usos libidinosos. Atheneo diz, que de comer muito polvo morreraõ algumas pessoas. O Polvo salgado, e secco offende menos; mas fica taõ duro, que antes de entrar na cozinha, he necessario batello fortemente com huma massa, para que se possa reduzir a fórma de alimento; o qual depois de cozido, nutre muito bem. Diogenes, que naõ comia cousa que chegasse ao lume, comendo Polvo crû, acabou a vida, segundo se acha escrito em Athaneo:

Polypum cum vorasset Diogenes.
Crudum, obiit mortem.

Do Polvo se escreve que tem suas virtudes medicinaes. Comido assado he bom nas colicas, assim nephriticas, como intestinaes. A sua cinza tem virtude para desfazer as pedras, e fazer lançar as areas dos rins, e bexiga, e para as cardialgias, e para tercans. Para os Polypos do nariz se entende que tem tambem virtude. Hippocrates 1. louva o Polvo cozido em vinho para a hydropesia, assim universal, como do utero; & para provocar a purgaçaõ do parto; e dos mezes. Aecio diz, que o Polvo estimula para actos libidinosos, e que he bom para os que se achaõ fracos na palestra de Venus; e naõ por ser flatuloso, como vulgarmente se cuida, mas porque delle se gera muita materia seminal. Veja-se Aldrovando, fallando deste peixe.

Virtudes Medicinaes

1. *Lib. de tern. affect.*

LAGO-

LAGOSTA.

Locusta.

85 A Lagosta he peixe duro, de que se geraõ humores salinos, e acres; coze-se com difficuldade, mas nutre muito, e he de bom gosto. Tem o primeiro lugar entre os crustados, e testaceos. Galeno 2. disse, que as Lagostas eraõ convenientes para os estamagos: Tralliano 3. concede-as por alimento, e por remedio nos males do peito que procedem de humores salinos, e biliosos. Hippocrates 4. propoem-nas para alimento das paridas, para facilitar a purgaçaõ do parto; e na paixaõ iliaca louva as partes da cabeça cozidas. Tambem as aconselha para laxar o ventre. Os pós da casca da Lagosta chegada à cabeça, ou a sua cinza feita em pó tenuissimo, têm virtude para os froxos de ventre, ainda que sejaõ celiacos, e lientericos, tomando-os em vinho velho, se naõ houver febre, ou em agua, havendo-a, com tal condiçaõ, que se tomem tres dias continuados, e em cada hum delles toda a cinza de huma casca. O mesmo remedio serve para purgar os rins das pedras, e areas, que têm os calculosos.

Virtudes Medicinaes

2. Lib. de compos. medic. secund. loc. 4.

3. Lib. 7.

4. Lib. 3. de diæt.

LOGABANTE.

86 LOgabante he semelhante à Lagosta, assim na figura, como na natureza. He de cozimento difficil, e destribue-se mal; adstringe o ventre, e nutre bem: mas he necessario que se coza muitas vezes, para lhe tirar a salsugem, o que se deve fazer com as lagostas tambem, e com os maes crustados, e testaceos. Tralliano concede este peixe na cura da cardialgia: Aecio na cura da colica procedida de humores fleumaticos.

Astacus

CEN-

CENTOLA.

Squilla lata. 87 A Centóla tambem he como a lagosta, ainda que em alguma cousa differem: porque a Centòla he mais larga, e mais baixa, e tem na cabeça dous ossos, ou espinhas, que não tem a lagosta, àlem de outras partes mais, em que differem; porèm nas qualidades, e substancia semelhantes; por isto se entenderá deste peixe o que dissemos da lagosta, que he como ella indigesta, difficil de cozer no estamago, mas de boa nutriçaõ.

CAMAROENS.

Astacus fluvialis. 88 OS Camarões saõ da classe dos astacos, ou logabantes, e semelhantes às lagostas. Saõ duros, cozem-se com dilaçaõ, e destribuem-se mal; mas nutrem bem, e saõ de gracioso sabor, e por isto usados dos Antigos nas mezas lautas, como se colhe do que disse Marcial: 1.

Lib. 2. epigram 43.

Immodici tibi flava tegunt chrysendeta mulli.
Concolor in nostro Cammare larvo rubes,

Dos Camarões se escreve que tem virtude contra o veneno do caõ damnado, como as tem os caranguejos. Leonello Faventino os usa nos tisicos; para os quaes saõ melhores os que se pescaõ no Plenilunio. Tambem se louvaõ para os heticos; para os que padecem pedra, e areas.

Virtudes Medicinaes

GRAN-

CRANGUEJO.

89 OS Cranguejos saõ duros, e por isto de difficil cozimento; destribuem-se mal, e nutrem muito. Naõ se corrompem no estamago; mas pòdem offendello, por ser nervoso, e por terem os Cranguejos muitas partes salinas, e mordazes, por razaõ das quaes movem o ventre, como notou Galeno, e o perturbaõ, como diz Aecio; por cuja causa os nega por alimento na cura da colica; e ainda que naõ fora por isto, nós o negáramos, salvo se o doente da colica adoecesse entre peixe. Galeno diz que se cozaõ na agua em que se pescàraõ. Aldrovando entende que basta em qualquer agua, com sal, e vinagre. O tempo em que saõ melhores, he desde o Outono, atè a Primavera, inclusivamente. *Caract.*

Dos Cranguejos se escreve, que tem virtude contra o veneno das serpentes, e do caõ dannado. Feitos em pó, e bebendo-os em agua, curaõ os froxos do ventre, e retem os partos; os quaes faraõ excluir estando os fetos mortos, segundo diz Hippocrates. Para a estranguria se tomaõ tres Cranguejos, cozemse em vinagre, depois pizaõ-se, e espremem-se, e da-se a beber. Na dor iliaca de causa quente os concede Hippocrates por alimento conveniente. Os pós da casca do Cranguejo lançados em vinho, saõ remedio para os que padecem pedra dos rins, bebendo este vinho coado. A cinza dos Cranguejos tira a dor dos dentes, applicando-a nos que doem; he remedio da lepra; tem virtude contra o veneno do caõ dannado, e de qualquer outro animal. Os olhos do Cranguejo trazidos ao pescoço, curaõ os olhos lippitudinosos. Na cabeça do Cranguejo se achaõ humas pedras planas, que lançadas em vinagre, tem hum *Virtudes Medicinaes*

hum movimento manifesto; e feitas em pò, e tomadas pela bocca, saõ remedio para desfazer, e excluir as pedras dos rins, segundo o que escreve Mizaldo.

I. Memorabil. cent. 1. Estas pedras saõ o que chamão olhos de Cranguejos, e tem muitas virtudes, tirando-se estando os Cranguejos vivos; preparaõ-se fazendo-as em pò subtil, e servem para provocar a ourina, e para quebrar, e excluir as pedras dos rins; para extinguir a sede; e para dulcificar os acidos internos, assim do estamago, como da massa do sangue, e por isso se reputaõ por absorventes dos mais generosos, o que se ha de entender dos Cranguejos fluviaes.

CONCHAS.

Pectines 90 AS Conchas foraõ celebradas nas mesas dos Antigos, pela doçura, e suavidade de seu sabor. Ellas saõ duras, e daõ alimento crasso, que nutre bastantemente, mas cozem-se, e digeremse mal. As Tarentinas eraõ as mais celebres, das quaes fallou Horacio, dizendo:

Pectinibus patriis jactat se molle Tarentum.

Virtudes Medicinaes As que se assaõ nas mesmas Conchas, saõ as de melhor gosto, e as que mais nutrem, e nutrem, e menos offendem. Ellas facilitaõ o ventre, principalmente sendo cozidas; e movem a ourina, por cuja causa tem lugar nos hydropicos, e nas exulcerações da bexiga, em que as aconselha Xenocrates. Tralliano as usa nas colicas, nas cardialgias, e nos empyemas. As cascas das Conchas tem virtude exsicante, sudorifera, e abstergente, e por isto saõ uteis nas febres, que se haõ de julgar por suor.

BER-

B R E G V I G V O E N S.

91 OS Berguiguões ſaõ como as conchas, aſſim na ſemelhança, porque alguns enten deraõ, que eraõ conchas pequenas, como na ſubſtancia, e natureza. Todas ſe cozem mal, e dão de ſi humores ſalſuginoſos, acres, e mordazes, com que muitas vezes promovem curſos, e cauſaõ colicas. Os pós das ſuas conchas ſaõ diaphoreticos abſterſivos, e deſſecantes, alimpaõ os dentes, e ſervem para as chagas, e tumores das almorreimas. *Pectunculi.* *Virtudes Medicinaes*

M E X I L H O E N S.

92 OS mexilhoens ſaõ de melhor ſabor, que utilidade, cozem-ſe mal, cauſaõ colicas, e puxos, pela muita acrimonia, e ſalſugem de que ſaõ dotados. Saõ duros, e indigeſtos, delles ſe gera ſangue craſſo, e ſalſuginoſo, mas de baſtante nutriçaõ. Os de melhor goſto ſaõ os do Outono, e quando no mar entraõ muitas aguas doces, andando o Inverno, amargaõ, e fazem-ſe vermelhos, e tem maior acrimonia, com que inflammaõ a garganta, cauſaõ toſſes ſeccas, e rouquidoens. Plinio. 2. refere muitas virtudes dos Mexilhoens. Diz, que o ſeu caldo move o ventre, e a ourina, alimpa os rins, e a bexiga; e he utiliſſimo para as hydropeſias, e para provocar a purgaçaõ dos mezes, para a icterica, para a gotta arthetica, para os males do bofe, do figado, e do baço, e para os reumatiſmos. A ſua cinza lavada ſerve para as caligens, e neveas dos olhos, e para os males dos dentes, e gingivas, e para chagas de paſcentes, e para ciaticas. Os pòs dos ſuas caſcas ſaõ ſudorificos, e abſtergentes; ſervem para alimpar *Mytuli* *Virtudes Medicinaes* 2. *Lib. 32. cap. 9.*

os dentes, e para as fisuras, e excrenencias hemorrhoydaes.

LONGVEIROENS.

Longuriones. 93 ESte mariſco he quaſi como os mexilhões, ainda que de menos bom goſto; coze-ſe mal no eſtamago, mas não cauſão puxos, nem dores no ventre tão certamente como os mexilhoens, por naõ terem tanta ſalſugem, e acrimonia, como elles. Os pòs ſubtiliſſimos das ſuas caſcas ſão abſterſivos, e alimpão bem os denres.

Virtudes Medicinaes

CARAMVJOS.

Turbines. 94 OS Caramujos ſaõ mariſcos, de que ha varias eſpecies, todos ſaõ de difficil cozimento, e geraõ ſangue ſalſuginoſo, acre, de que naſcem prurigens, e outros dannos que coſtuma excitar o ſangue deſta qualidade.

PORCEVES.

Ungues. 95 OS Porceves ſaõ como os caramujos, ainda que metidos em differente concha; tem a meſma natureza, e qualidades.

OSTRAS.

Oſtra. 95 AS Oſtras tem o primeiro lugar entre os mariſces pequenos, ainda que naõ começamos por ellas. Saõ mais humidas, que elles, cozem-ſe com menos difficuldade; mas tambem nutrem menos; que todo o peixe que he duro, e difficil cozimento, he o que mais nutre. Daõ hum ſucco

ſalſugino-

ſalſuginoſo, e acre, com que eſtimulaõ o ventre, e a bexiga para expulſar a ourina. As conchas das Oſtras queimadas, ſaõ boas para limpar os dentes, e para as chagas da bocca, e dos beiços, e para as chagas, e queixas das almorreimas, e para as chagas malignas, e ſordidas. As Oſtras pizadas, e poſtas ſobre as queixas maduras, ſaõ remedio dellas. As ſuas conchas tem virtude diaphoretica, e abſterſiva; e por iſto tem uſo nas febres que ſe haõ de terminar por ſuor.

Virtudes Medicinaes

OVRIÇO.

96 O Ouriço marino, que a natureza defendeo mais, que aos outros peixes, pois o guarneceo de raios, e eſpinhos por toda a parte, tirado da caſca, he molle, como exprimio Marcial. 1.

Echieus

Iſte licet digitos teſtudine pungat acuta.
Cortice depoſito, mollis Echinus erit.

1. *Lib. 13. Epig. 86*

He de facil cozimento, mas nutre pouco, e gera humores ſalinos, e acres, que movem o ventre, e a ourina; e eſta deve ſer a razaõ porque Galeno, Dioſcorides, e Celſo diſſeraõ, que o Ouriço era util ao eſtamago, e ventre. Plinio os uſa nos freneticos, e nos epileticos; e nos melancolicos aduſtos Dioſcorides. As cinzas da ſua caſca ſaõ boas para as chagas ſordidas; para as alporcas, para as chagas da cabeça, para as dyſurias, para a pedra, e areas, e para fazer naſcer o cabello; fregando a parte depilada com hum paninho que dentro de ſi tenha a ditta cinza. A cinza delle queimado vivo dada a beber, impede o aborſo nas mulheres, que por fraqueza do utero naõ retem

Virtudes Medicinaes

2. tem os ventres. E Hypocrates 2. para expulſar as
Lib. 1. ſecundinas, louva os pós dos tres Ouriços marinhos,
de morb. tomados em vinho odorifero. A cinza do Ouriço mi-
mulier. ſturada com unto de urſo, ou de homem, ou de porco, he bom remedio para que naſça o cabello nas partes de que cahio. Para o veneno do caõ dannado díz Rufo, que tem virtude o Ouriço tomado por alimento, bebendo ſobre elle vinho com mel. Aecío, e Tralliano o daõ na cura das colicas.

AMEJOAS.

Tellinæ 97 AS Amejoas tem hum ſabor doce, e ſuave cozem-ſe difficultoſamente; daõ hum ſucco ſalſuginoſo, como as maes conchas; offendem

Virtudes Medicinaes o eſtamago, e geraõ pedra, e areas, ou ſejaõ as Amejoas marinas, ou fluviaes. Cozidas movem o ventre, mais pelo que irritaõ, que pelo que laxão.

CARACOES.

Cochleæ 98 OS Caracoes tambem ſe contaõ entre os teſtaceos; delles ha varias eſpecies; porque huns ſaõ aquateis, outros terreſtres; e daquelles, huns ſaõ marinos, outros fluviaes. Os peores ſaõ eſtes, porque ſe reputaõ por virulentos. Mas todos elles ſaõ duros, de difficil cozimento; porèm ſe ſe cozem, nutrem muito, ſegundo o que diſſe Galeno. 1. Os terreſtes, e os marinos, ſaõ uteis ao

1. 3. *De alimentor. facult.* 2. eſtamago, e naõ ſe corrompem com facilidade. Tem os Caracoes muitas virtudes medicinaes. Saõ bons para os heticos, aſſim comidos, como deſtillados

Virtudes Medicinaes em agua. Aproveitaõ algumas vezes na hydropeſia aſcites, porque pizados, e poſtos por empraſto no ventre, ſugaõ, e extrahem a agua, que faz a hydropeſia;

hydropesia; e remedio inculcado por Galeno. 2. e por Dioscorides. 3. Para o fastio os usa sem controversia a gente do Povo. Os pós das suas cascas servem para os calculosos, ou achacados de pedra, e para as gretas que o sieiro abre nas mãos, e nos beiços. Picados, e misturados com claras de ovos, saõ bons para as fluxoens, que molestaõ os olhos, pondo-os por emprasto nas fontes. Os Caracoes pizados sem casca, curaõ as dores de dentes, fregando-os com elles. A cabeça de hum Caracol cortada depois de haver pastado o rocio da manhã, trazida ao pescoço, dentro de qualquer cousa, cura as dores de cabeça, se he certo o que escreve Marcello Empyrico. Tem virtude os Caracoes para os olhos calignosos, e lacrymosos; para dores de ouvidos, para a aspereza da garganta, para a tosse, para dores de estamago, para inflammaçaõ, e intemperança do figado; para dores de colica; e finalmente para outras mais queixas fazendo-se para ellas differentes remedios, que aqui naõ podemos rezenhar, e se acharaõ nos Praticos, e em Ulysses Aldrovando. 4.

4. 3. *De testac.* 29.

CAGADOS.

Cancri fluviatiles. Virtudes Medicinaes

99 OS Cagados, ainda que se naõ usem nas mezas dos sãos, aqui tem lugar por concluirmos com os testados. Elles cozem-se com difficuldade, e destribuem-se mal, por serem viscidos, e glutinosos; mas nutrem muito; e por isto se concedem aos heticos, e tisicos.

TARTARUGA.

100 *Testudo.* A Tartaruga he da natureza dos cagados, e serve para os mesmos usos. O seu fel he bom para as nevoas dos olhos; as suas pernas metidas em huns saccos de pelle de cabrito, preservaõ de gotta arthetica, trazendo-os nas partes em que costuma repetir. *Virtudes Medicinaes.*

RANS.

101 *Ranæ.* COncluamos este Capitulo com as rans, as quaes se cozem bem no estamago, ; daõ hum succo frio, e humido, que nutre bastanetemente. Saõ boas para os heticos; e haõ de comerse tiradas as entranhas, e a cabeça. O seu caldo he bom para a ictericia, para a lepra, e para dores de dentes, e de juntas. A sua cinza he boa para os froxos de sangue, e o fumo dellas lançadas sobre humas brazas, cura os froxos de sangue uterinos, recebendo-o por baixo. O vinho em que se soffocar huma Rã, bebendo-se, causa odio ao vinho. O seu coraçaõ posto no espinhaço, ou na regiaõ do coração, he remedio das febres ardentes. O seu figado secco, e feito em pó, tomando-se nas cesoens quartans, he remedio dellas. O seu fel, he bom para gastar as nevoas dos olhos. A sua gordura lançada nos ouvidos, lhe cura as dores. A Rã viva posta sobre o antraz, ou carbunculo pestilente, tira todo o veneno delle. A sua esperma mitiga as dores de qualquer parte, pondo-a nella; e cura a sarna das mãos, se no mez de Março se lavarem com ella. *Virtudes Medicinaes*

CAPITULO XI.

Dos Legumes.

1 LEgumes chamou Galeno 1. às sementes cereaes, de que se naõ faz paõ, ainda que se faça farinha, e costumaõ ser o mais commum alimento da gente rustica, posto que pela graça de seu sabor, tambem sobem muitas vezes a mezas nobres. Estes saõ as favas, as ervilhas, os grãos, as lentilhas, os feijões, os chicharos, os tramoços, o arroz e o gergelím. Todos elles saõ crassos, terreos, melancolicos, flatulentos, principalmente sendo verdes; por cuja causa se haõ de temperar com adubos, e cebola, como correctivos do seu pravo succo, e da sua muita flatulencia. De todos havemos de tratar com particularidade; comecemos pelas favas, a que Plinio dá o primeiro lugar: *Inter legumina maximus honos fabæ.*

1. 1. *Alim.* 16.

FAVAS.

2 AS Favas em quanto verdes, saõ frias, e humidas; depois que se seccaõ, saõ frias, e seccas. Estas naõ passaõ de alimentar a gente de baixa sorte; aquellas frequentaõ muito as mezas lautas. Humas, e outras se cozem, e se destribuem com difficuldade; mas nutrem muito; geraõ-se dellas humores crassos, e flatulentos, que obstruem as entranhas; inchaõ, e constipaõ o ventre, offendem com vapores crassos a cabeça, causaõ vertigens, perturbaõ o sonno, hebetaõ a vista; e por mais que se cozaõ, nunca perdem a flatulencia, principalmen-

Fabæ.

te as verdes, que ſaõ mais excrementoſas, e flatulentas, que as ſeccas, como ſaõ todos os frutos, que naõ chegaõ a madurar.

Virtudes Medicinaes

Tem as Favas muitas virtudes medicinaes; nem ha parte nellas, que ſeja inutil. Primeiramente das caſcas das Favas verdes deſtilladas, ſe tira huma agua excellente para os que padecem queixas nephriticas; porque desfaz as pedras, e as exclue pela via da ourina, limpando os rins, e as ureteras de toda a materia que occupa. Das caſcas das Favas ſeccas, e das plantas dellas queimadas, ſe faz huma cinza; que cozida em agua de parietaria em forma de lixivio, e tomando cinco, ou ſeis onças delle alguns dias, adoçando-o com huma onça de lambedor de avenca, ou de malvaiſco, ou de violas, ſoccorre muito bem nos accideutes de pedra; porque as quebra; e deturba pela via da ourina, cujos vaſos abſterge, e mundifica; e por iſto he tambem grande remedio remedio para as gonorrheas antigas, e rebeldes. O ſal que ſe tira da meſma cinza, tambem ſerve para os meſmos uſos, na quantidade de huma oitava, tomando-o em agua de parietaria, ou das caſcas das Favas. Da ſua flor ſe deſtilla huma agua de ſemelhante virtude para a pedra; e para as nodoas, e ſinaes do roſto. A ſua farinha he maravilhoſa para as toſſes, fazendo caldos della. Para as inflammações do eſcroto, e para as ſuas hernias têm muito preſtimo, cozendo-a em agua, e vinagre, do que tem muita experiencia os Cirurgiões peritos. Veja-ſe o que das Favas eſcreve Mangeto no *Tomo 1. da ſua Bibliotheca Pharmaceutica fol.* 908.

ER-

ERVILHAS.

3 AS Ervilhas saõ, como as favas, frias, e seccas, e em quanto verdes, saõ frias, e humidas; e todas de difficultoso cozimento, e digestaõ; causaõ obstrucções; e os maes incommodos, que dissemos das favas, de que differem sómente em nutrir menos, e em naõ serem taõ flatulentas, nem terem aquella virtude detergente, e mundificante, que nas favas se acha. As seccas saõ menos nocivas. Naõ se devem dar as Ervilhas aos melancolicos, e hypocondriacos, nem aos que padecerem colicas, e queixas de nervos, aos quaes offendem, segundo o que diz Sennerto. 1. O cozimento das Ervilhas seccas, tem virtude para suspender os cursos, que procedem por relaxaçaõ dos intestinos. *Pisa.* 1. 4. *Instit. part.* 1. *cap.* 3. *Virtudes Medicinaes*

GRÃOS.

4 OS Grãos huns saõ brancos, outros negros, todos quentes, e seccos; e flatulentos; os negros tem maior calor, e menos flatulencia. Huns, e outros se cozem mal no estamago, saõ indigestos, daõ alimento obstruente, mais crasso, que as ervilhas, e favas, e nutrem muito mais, que ellas. Atè fóra do corpo se cozem os Grãos em mais tempo, que os outros legumes; em agua de poço nunca se cozem bem, ainda que fervaõ todo hum dia; e só em agua da chuva, ou de rio, e de fonte, que tenha agua tenue, e delgada, se cozem com facilidade. *Cicera.*

Incluem os Grãos muitas virtudes medicinaes: porque elles, ainda que por si opilaõ, tem virtude aperitiva, e de obstruente, que largaõ no seu caldo, *Virtudes Medicinaes*

ou cozimento; o qual quebra a pedra, move a ourina, e a purgaçaõ dos mezes; facilita o parto, e ajuda a excluir o feto morto. He conveniente nas hydropesias, ictericias, nas febres albas das mulheres, e em todos os mais casos, em que seja necessario de obstruir, e provocar a diuresi, ou purgaçaõ pelas vias da ourina; para os quaes usos tem os Grãos negros maior virtude. Avicena 1. diz, que
1. o caldo dos Grãos offende nas chagas da bexiga; &
2. *Canori. c. 131* assim se deve evitar nos que tiverem ardores de ourina, que com a sallugem dos Grãos se pódem augmentar. Duas substancias differentes disse Hipocrates, 2.
2. *2. De diæt.* que havia nos Grãos; huma salsuginosa, e outra doce; aquella move o ventre; esta provoca a ourina; e estimula a natureza para actos libidinosos: *Cicer album* (saõ as suas palavras) *per alvum secedit, & per urinam ejicitur, & alii quidem carnosum in ipso; per urinam verò ejicitur, dulce, per alvum secedit salsuginosum; &c.* Alguns escrevem que os Grãos geraõ muita materia seminal, do que se veja Mangeto na *Bibliotheca Pharmaceutica pag.* 565.

LENTILHAS.

Lentes 5 AS Lentilhas saõ frias, e seccas, crassas, e adstringentes; e o peior de todos os legumes; cozem-se mais difficultosamente, que todos elles; daõ hum succo crasso, terreo, melancolico, que causa obstrucçoens; offendem a vista, a cabeça, os
3. *Lib. de bello Par bico.* nervos, e o bofe; constipaõ o ventre, e cohibem a evacuaçaõ dos mezes, e da ourina; e justamente as numeraraõ os Romanos entre os alimentos funebres, segundo o que escreve Apiano. 3.

Tem as Lentilhas partes diversas; na casca ha virtude

tude adſtringente, e incraſſante; e por iſto he louvado de alguns praticos o primeiro cozimento, em que vai a virtude da caſca exterior, para as bexigas, e ſerampos, e para os pleurizes colericos; o que já reprovamos na noſſa Pleuricologia. Os pòs das caſcas das Lentilhas brancas, tem virtude para quebrar, e excluir a pedra, e areas dos rins, e ſervem para ſuppreſſoens de ourina. *Virtudes Medicinaes.*

MANDOBINS.

6 HE fruto do Braſil, quente, e humido, ſemelhante aos noſſos feijoens no goſto. Comem-ſe torrados; e alguns os miſturaõ com a farinha de páo, ou de milho. *Mandobinus.*

FEJOENS.

7 OS Fejões ſaõ quentes, e ſeccos, craſſos, melancolicos, e terreſtes; e ainda que ha entre elles alguma differença: porque huns ſaõ grandes, outros pequenos: huns brancos, outros vermelhos: iſto he em quanto à cor, e á figura, que em quanto a forma, e temperamento ſubſtancial, em nada differem: ſe bem que alguns querem, que os vermelhos excedaõ no calor aos brancos. Todos elles ſe cozem, e digerem com difficuldade; ſaõ flatulentos, e nutrem baſtantemente. Geraõ-ſe delles humores craſſos, e melancolicos; de que naſcem obſtrucçoens. Perturbaõ o ſonno com fantaſmas triſtes; gravaõ a cabeça, e offendem o ouvir. Os verdes ſaõ mais flatulentos; cozidos, movem o ventre, e ſuſpendem os vomitos. Os ſeccos tem virtude de provocar a purgaçaõ dos mezes, bebendo o ſeu cozimento, principalmente ſendo os Fejoens vermelhos. *Phaſeli.* *Virtudes Medicinaes.*

CHICRAROS.

Cicercula. 8 OS Chicharos saõ quentes, e seccos; cozem-se com difficuldade, naõ se destribuem bem; e nutrem muito. Geraõ-se delles humores crassos, que causaõ obstrucçoens nas primeiras vias. Saõ
1. flatulentos; e diz Laguna, 1. que mais proprios para
2. *In Dioscor.* 100. sustento dos bois, que para alimento dos homens. Elles gravaõ, e offendem a cabeça, fazem o sonno pezado; perturbaõ o ventre, causaõ colicas, e fazem ourinar sangue.

Virtudes Medicinaes. Tem os Chicharos virtude aperitiva, com que desopilaõ, e virtude abstergente, e mundificante; com que alimpaõ o peito dos humores crassos, e viscidos, para o que se louva a sua farinha misturade com mel, tomando-a como lambedor; a qual serve tambem deste modo para mundificar as chagas, e para tirar as sardas, e queimaduras do Sol, e quaesquer outras nodoas, que haja no corpo; e para abrandar a dureza dos apostemas, especialmente dos peitos. A mesma farinha destemperada com vinho, e posta em forma de emprasto, he remedio da mordedura dos cães e das viboras. Applicada com vinagre, vence a difficuldade de ourinar; he remedio do tenesmo, e de dores de ventre. Esta farinha torrada, misturando-a com mel, que fique do tamanho de huma noz, diz Dioscorides, que he boa para os que naõ medraõ com o que comem. O cozimento dos Chicharos cura as frieiras, e qualquer proido, e comichaõ do corpo.

TRA-

TRAMOÇOS.

9 OS Tramoços saõ quentes, e seccos, crassos, terreos, e incoctiveis, pelo menos, cozem-se com maior difficuldade, que todos os maes legumes; gera-se delles hum succo crasso, que sempre fica mal commutado, ainda que às veas se communique. Destribuem-se mal; naõ saõ flatulentos, e nem movem, nem adstringem o ventre; nutrem pouco. *Lupini.*

Tem muitas virtudes medicinaes. Elles excitaõ o appetite famelico; servem para tirar as sardas, e nodoas do rosto, fazendo-os em farinha, e mistorando-a com mel; saõ remedio para lombrigas, assim tomando-os em pós, como fazendo emprastos para o ventre, com artemigem, losna, fel da terra, ortelã, e folhas de pessegueiro, e vinagre forte. O seu cozimento serve para as corrupções, e gangrenas, porque o amargor dos Tràmoços lhe dá huma virtude balsamica, que preserva de corrupçaõ, e com a virtude detergente, que tem, alimpaõ, e mundificaõ as chagas. Tem mais a virtude de mover a purgaçaõ dos mezes, de ajudar a exclusaõ do feto morto, tomando o seu pô com mirrha, e com mel. A sua farinha absterge, e resolve sem acrimonia, nem mordicaçaõ. *Virtudes Medicinaes*

ARROZ.

10 AQuelle lugar que Plinio deo às favas, compete com mais justiça ao Arroz, que he o melhor, e o mais nobre de todos os legumes, e o que mais que todos nutre, e alimenta em todo o tempo a maior parte da gente de toda a esfera, e condiçaõ, *Orisa.*

diçaõ, que ſeja: que a ſua copia o facilita para as mezas baixas; e a graciosidade do ſeu ſabor, o levanta aos banquetes, e mezas illuſtres. He quente, e ſecco, mas mais ſecco do que quente. Coze-ſe com difficuldade, e deſtribue-ſe mal: porque dá alimento mui craſſo, que obſtrue os vaſos, e ductos das primeiras vias; porèm depois de cozido, he de grande nutriçaõ; ſó o trigo nutre mais que elle.

Virtudes Medicinaes

Tem o Arroz virtude incraſſante, e adſtringente, e por iſto he util em todos os froxos, e fluxoens, que dependem de humores tenues; e aſſim he remedio nas toſſes deſta cauſa; aproveita aos que lançaõ ſangue pela bocca, aos tiſicos, e finalmente aos que padecem achaques por fluxoens de humores delgados. Nas diarrheas, e dyſenterias he de grande efficacia.

GERGELIM.

Seſamũ

10 O Gergelim he quente, humido, e oleoſo; naõ ſe come ſenaõ cuberto de aſſucar, ou feito em talhadas doces, e ſe forem feitas com mel, ſeraõ melhores, porque o mel he correctivo da ſua oleoſidade. He craſſo, de difficil cozimento, e digeſtaõ; ſubverte o eſtamago, diſſolvendo o tono das ſuas fibras com o ſeu oleo, com que cauſa faſtios, e nauſeas, cujos dannos ſeraõ menores, ſe o Gergelim ſe torrar: porque aſſim ficará menos oleoſo, e menos nocivo.

Virtudes Medicinaes.

He o Gergelim bom para o peito, aſſim como he máo para o eſtamago; ajuda a cozer os catarros de cauſa fria; promove a expectoraçaõ delles, e obtunde a acrimonia, e mordacidade dos humores, com as partes oleoſas que tem; por iſto alguns louvaõ o ſeu oleo para os pleurizes, aſſim como o oleo das amendoas doces tirados ſem fogo, e para as convulſoens dos nervos, miſturando-o com oleo de minhocas. Provo-

ca

ca a purgaçaõ dos loquios; e ſerve para abrandar os apoſtemas, como as maes ſementes maturativas. O Gergelim comido, diz Ettmullero, 1. que ſe entende, que augmenta a materia ſeminal. Do oleo de Gergelim uſaõ os Arabes, como nôs uſamos do azeite commum; e os Egipcios o uſavaõ para as puſtulas, aſpereza, e qualquer defedaçaõ da pelle, cauſadas de humores melancolicos; naõ ſó applicando-o nellas, mas tomando-o com os alimentos, que comiaõ. Para os proidos, e comichoens da pelle, para as faltas de reſpiraçaõ, para os pleurizes em que naõ ha eſperança, para as peripneumonias, ou inflammações do bofe, para as ſuppreſſoens dos mezes, para as grandes dores de eſtamago, e ventre, e do utero, diz Raio, que o tem muitos por ſegredo, de que daõ quatro onças de cada vez. Veja-ſe Mangeto *no tomo 2. da Bibliotheca Pharmaceutica. fol.* 826.

1. *Colleg. pharmaceut. in Schroder.*

CAPITULO XII.

Da Hortaliça ſativa, e eſculenta.

1 TOda a Hortaliça dá pouca nutriçaõ ao corpo; mas ſerve de graça, e desfatío das mezas, àlem de outras utilídades, de que fallaremos tratando de cada huma dellas. Comecemos pela Alface, a que Galeno dá o primeiro lugar, talvez que com queixa, e eſcandalo da borragem, e da chicoria.

ALFACE.

2 A Alface he fria, e humida; coze-ſe com difficuldade, e nutre pouco, ainda que dizem, que della ſe gera mais ſangue, que das outras *Lactuca*

hor-

hortaliças. Hade comerſe ſem ſe lavar mais que o que baſte para a comer lĩmpa: porque lavando-a muito, larga na lavagem parte da ſua virtude, e ſuſtancia, ficando mais humida, e flatuoſa. Galeno diz que em quanto teve dentes, comeo as Alfaces cruas, depois comias cozidas. As cruas retem todo o ſeu vigor em ſi; as cozidas perdem parte delle com o fogo, e largaõ muito no cozimento. Os Antigos comiaõ-nas no fim da meza, depois, uſavaõ dellas no principio, como ſe colhe do que eſcreveo Marcial: 1.

1. Lib. 13. epigr. 41

Claudere quæ cænas lactuca ſolebat avorum.
Dic mihi cur noſtras inchoat illa dapes?

Hoje dura nas mezas deſde o principio atè o fim; feitas em ſelada, como desfaſtio para os maes alimentos.

Virtudes Medicinaes

3 Da Alface ſe eſcreve, que concilia ſonno, abranda o ventre, e que gera muito leite, ainda que he certo, que nutre pouco. Tempera a acrimonia dos humores bilioſos, refrigera as entranhas particularmente o eſtamago, cujo ardor extingue, e modifica a acrimonia de todos os maes humores; he propria para temperamentos quentes, e no Eſtio para elles mui neceſſaria. O melhor modo de a comer, he crua; e Valleſio ſe queixa de que os Medicos as naõ concedaõ aſſim aos doentes, quando Galeno nunca as comeo cozidas, em quanto as pode comer cruas. Entre tantas utilidades, tambem faz o danno de offender a viſta, e a cabeça, comendo-a com muita continuaçaõ, e por iſto ſe devem moderar, ou abſter totalmente do uſo della os que padecerem achaques de olhos e de cabeça. Do ſummo da Alface eſcrevem alguns, que bebido na quantidade de tres, ou quatro onças, he venenoſo, e que mata, como os maes venenos frios;

mas

mas que se comerem toda a quantidade de Alfaces de que se possa tirar outro tanto summo, que nenhum danno faraõ. A Alface comida no fim da mesa, dizem que retunde a força da temulencia, e a faz passar mais depressa; e que por isto os Antigos a comiaõ depois dos maes alimentos.

CHICORIA.

4 A Chicoria he fria, e secca, e algum tanto estitica; se he bem alporcada, tem bom gosto; coze-se facilmente, e nutre pouco, como a mais hortaliça. Refrigera muito, he amiga do estamago, pelo amargor que tem; he aperetiva, e abstergente, e mui propria para os males do figabo, e oostrucções das entranhas, e hypochondrios, principalmente quentes; purifica o sangue, tempera o fervor da colera; soccorre ao estamago estuante, e fraco, cura os ictericos, e excita o appetite de comer. He huma hortaliça verdadeiramente toda medicamento. *Cichorium.* *Virtudes Medicinaes*

ALMEIRAM.

5 O Almeiraõ he o mesmo que a Chicoria, assim nas qualidades, e temperamento, como nas virtudes medicinaes. Naõ tem bom gosto como ella; he mais amargoso, mas por isto mesmo he mais util para o estamago, e naõ só por isto, mas por ser mais adstringente; por cuja causa deobstrue corroborando, no que excede a chicoria. *Endivia.* *Virtudes Medicinaes*

BORRAGEM.

Borrago.

6 A Borragem he temperada nas primeiras qualidades, porque naõ he quente, nem fria; e nas segundas, he humida; he toda cordeal; purifica o sangue; tempera o humor melancolico, alegra o coraçaõ, e laxa o ventre mais que todas as outras ervas. Coze-se, e destribue-se com facilidade, nutre pouco. A sua flor he huma das quatro flores cordeaes. A conserva, que da flor se faz, tomada com vinho branco, provoca a purgaçaõ dos mezes suppressos. A agua destillada da Boragem, alegra, e conforta o coraçaõ, dissipa os flatos melancolicos, e depura o sangue, se he certo o que diz Mangeto no *tomo. 1. da Bibliotheca Pharmaceutica, fol. 428.*

Virtudes Medicinaes

ACELGAS.

Beta.

7 AS Acelgas saõ quentes, e seccas, cozem-se mais difficilmente que as borragens; nutrem pouco. Tem virtude nitrosa, e absterfiva, com alguma acrimonia, com que o seu caldo, ou cozimento estimula o ventre, ficando ellas constipando o com as suas partes terrestres, frias, e seccas. Donde se vé, que sendo as Acelgas bem cozidas, ficaõ frias, e seccas; e o seu cozimento, em que se largaraõ as suas partes nitrosas, e absterfivas, he quente, e secco. As Acelgas humas saõ brancas, outras negras, ambas das mesmas qualidades, ainda que as negras mais adstringentes. Saõ boas as Acelgas para do seu cozimento se se fazerem ajudas irritantes. O seu fumo sorvido pelo nariz, purga as humidades da cabeça. Cozidas em azeite, e postas como emprasto nos peitos, que tem leite endurecido, o descoalhaõ bem; e por isto saõ boas

Virtudes Medicinaes.

para

para os tumores, que se pertendem resolver. Marcial naõ disse bem dellas; porque lhe accusou a fatuidade, quando disse.

Ut sapiant fatuæ fabrorum prandia Betæ.
O quàm sæpe petet vina, piperque coquus.

ESPINAFRES.

8 AS Espinafres saõ frias, e humidas; cozem-se, digerem-se, e destribuem-se de pressa; nutrem pouco; saõ flatulentas, subvertem o estamago, e causaõ nauseas; o que se póde emendar; temperando-as com adubos; geraõ muito soro, por cuja causa fazem estilicidios. Tem virtude absterſiva, com que lubricaõ o ventre; servem para temperar os ardores da colera, e do estamago; e para tosses, e rouquidoens; porque mollificaõ o peito, e abrandaõ a aspera arteria; e para fazer acodir leite às mulheres que criaõ. Nos heticos as concedem muitos, e nos velhos adstrictos de ventre; nestes porque o laxaõ; e naquelles, porque os reffrigeraõ, e humedecem; que he tanta a humidade das Espinafres, que se cozem sem agua, só com a humidade propria. O sumo, e agua que dellas se destilla, temperaõ os ardores, e morsos do estamago.

Spinachia.

Virtudes Medicinaes.

COUVES.

9 AS Couves saõ quentes, e seccas; dellas ha varias especies: porque humas saõ abertas, outras fechadas, como se ve nos repolhos, e Couves Morcianas, a que chamaõ capitadas; outras crescem como as plantas das favas, quaes saõ as Couves galegas, que duraõ dous; e tres annos

Brassica

na terra, crescendo como arvores, e dando folhas, e grelos por todo o seu tronco em muita quantidade. De todas saõ as melhores as capitadas; sendo que humas, e outras se cozem mal, saõ flatulentas; e geraõ-se dellas humores crassos; offendem a vista com a sua seccura, e a cabeça com vapores crassos; perturbaõ o sonno, e nutrem pouco. No Estio dizem muitos Praticos, que se fuja dellas, como de veneno, pelo muito, que aquentaõ, e pela facilidade com que se corrompem, naõ só no Estio, mas em todo o tempo. A pravidade do seu succo mostra o cozimento dellas, no ingrato, e grave-olente cheiro que de si lança. Nas Couves ha duas substancias, huma succulenta, quente, e nitrosa, acre, e absterfiva. Outra terrestre fria, e secca, e adstringente. Esta nunca se aparta das Couves, àquella separa-se no seu caldo, ou cozimento, e por isto este laxa o ventre. e as Couves bem cozidas o constipaõ; assim com sendo mal cozidas, o laxaõ, por ficar nellas a virtude nitrosa, e absterfiva que se havia de separar no caldo, sendo bem cozidas.

Virtudes Medicinaes

10 Tem as Couves muitas virtudes medicinaes: porque sobre laxarem o ventre; principalmente sendo cozidas com unto de porco, ou com azeite: tem de mais o serem amigas do peito, de sorte que parece tem sua analogia com o bofe, em cujos males aproveitaõ as vezes muito, particularmente as Couves vermelhas, cujo cozimento tem sido de grande utilidade na asma, nas rouquidoens, e nos males do bofe, que dependem de humores crassos, e viscidos, para os quaes dannos he bem conhecido o *loch de caulibus*, que nas Boticas se acha preparado. Alem disto tem as Couves sua virtude resolutiva, com que aproveitaõ nas dores de flatos, e de causa fria; para o que he bom remedio tomar huns pòs dos seus talos, mistura-

miſturados com manteiga de porco, pondo empraſto ſobre a parte da dor. A ſua ſemente tomada em pô, mata as lombrigas. O ſeu ſumo poſto nas verrugas, he remedio dellas. Dioſcorides diz, que as Couves ſaõ boas para os tremores de membros, e para os que tem a lingua tarda, ou balbuciente: donde veio que antigamente alimentaſſem as mulheres os meninos com ellas, para que andaſſem, e fallaſſem depreſſa. Ultimamente eſcreve-ſe das Couves, que tem virtude para evitar a temulencia, comendo-as antes de beber vinho; e que comidas depois de beber, e emborrachar, fazem que a temulenca paſſe mais depreſſa. O que ſe entende, que naſce da anthipatia, que ha entre as Couves, e o vinho, e as vides, ou plantas das uvas: as quaes dizem que naõ creſcem; nem medraõ, ſe junto a ellas ſe plantarem, e cultivarem Couves, o que he facil de experimentar.

BELDROEGAS.

10 AS Beldroegas ſaõ frias, e humidas, mas com huma humidade viſcoſa. Cozem-ſe taõ mal, que muitas vezes as naõ pòde commutar o eſtamago, e paſſadas vinte, e quatro horas, ſe vomitaõ cruas, ou ſe lançaõ com os excramentos. Nutrem pouco; offendem a viſta, e infringem os eſtimulos libidinoſos. Tem partes adſtringentes, e corroborantes, com as quaes ſaõ remedio nas diarrheas, e dyſenterias, e quaeſquer fluxoens, ainda no fluor branco das mulheres. Refrigeraõ, e encraſſaõ o ſangue, naõ ſó com a virtude adſtringente, mas com a ſua viſcoſidade; e por iſto a agua que dellas ſe deſtilla, utiliza muito nos que lançaõ ſangue pela bocca. Os pós da ſua ſemente ſaõ bons para matar as lombrigas para o que ſerve tambem a ditta agua. Para temperar

Portulaca.

Virtudes Medicinaes.

o calor do estamago, e das entranhas, e para mitigar a effervecencia da colera estuante, saõ mui louvadas as Beldroegas, assim como tambem nas febres podres, e ardentes, nos ardores de ourina, no escorbuto, e para firmar os dentes vacillantes, ou abalados; para tirar o azedo dos dentes embotados com elle; e para evitar os sonhos Venereos. Mas adverte Raio, que se naõ comaõ com excesso, e com frequencia, porque pela sua muita humidade, podem apodrecer no estamago, e dissolver o tono das suas fibras, e das maes entranhas, como elle em si experimentou. Veja-se Mangeto no *Tomo 2. da Bibliotheca Pharmaceutica*, *fol.* 606.

BREDOS.

Britum

11 OS Bredos saõ frios, e humidos, de facil cozimento, e digestaõ; nutrem pouquissimo, corrompem-se facilmente; laxaõ o ventre, e ás vezes descem com tal brevidade, que naõ vem cozidos, sem embargo de se cozerem de pressa. Temperaõ a acrimonia da colera, e deminuem a sede. Avicenna os usa por emprasto nas inflammações quentes.

Virtudes Medicinaes.

AGRIOENS.

Nasturtium aquaticum.

12 SAõ os Agriões quentes, e seccos; cozem-se facilmente, nutrem pouco. Saõ aperitivos, attenuantes, e incindentes; por isto desopilaõ, movem a ourina, desfazem a pedra, alimpaõ os rins, e a bexiga das areas, e materias tartareas, e sabulosas. Saõ uteis par obstrucçoens do baço, e de qualquer outra parte, assim comidos em selada, como o azeite em que se frigirem, applicando-e quente sobre a te

te tumida, ou obſtruida. Saõ excellentes para o eſcorbuto, de ſórte que alguns cuidaõ, que naõ cedem à cochlearia, e becabunga, que ſaõ os antiſcorbuticos de maior graduaçaõ. Para os tiſicos ſaõ prodigioſos, ſegundo algumas experiencias, entre as quaes he digno de toda a memoraçaõ hum caſo que refere Boneto 1. no ſeu *Sepulchreto Anatomico*, o qual aqui transcreveremos, por ſer caſo por muitas circunſtancias rariſſimo. Houve hum homem de taõ baixa fortuna, que naõ tinha com que alimentarſe; eſtava tiſico em ſummo gráo, eſcarrando o boſe desfeito em materias purulentas; buſcou hum Cirurgiaõ para ſeu remedio, o qual vendo a gravidade do achaque, e a miſeria do doente, por naõ o mandar deſconſolado, lhe diſſe, que uſaſſe de Agriões, e com eſte conſelho o deſpedio. Foi-ſe o homem embora, e comendo Agriões crús, e cozidos, lhe parou a toſſe, e os eſcarros purulentos; com que livre totalmente da tiſica, ſe nutrio, e tomou forças, ficando inteiramente ſaõ. Paſſado hum anno com eſta felicidade, foi render as graças ao Cirurgiaõ, em cuja tyranna curioſidade achou a ruina, que havia de ter experimentado no achaque, ſe a poderoſa virtude dos Agriões lhe naõ tivera valido: porque vendo ao pobre homem com taõ boa ſaude, e lembrando-ſe de que o vira tiſico deplorado: quiz com os ſeus olhos examinar o eſtado do boſe, que conſiderava desfeito, e conſumido; e para iſto o levou ao interior das caſas, onde lhe diſſe, que deſabotoaſſe a cazaca, e lhe moſtraſſe o corpo, porque queria ver ſe eſtava com taõ boa nutriçaõ como o roſto. Apenas o homem lhe moſtrou o peito, quando lhe meteo por elle hum punhal, com que o matou; e entrando logo à ver o boſe, achou, que a tiſica lho gaſtara quaſi todo, deixando-lhe humas pequenas reliquias do boſe antigo, ſobre as quaes

Virtudes Medicinaes.

Lib 2. ſect. 7. obſ. 23.

com a virtude dos Agriões se havia formado hum novo parenchyma, com que restaurou, e reparou o que já estava perdido, ficando perfeitamente saõ. Em quanto isto passava, a mulher do pobre, que tinha ficado à porta, clamava por seu marido; e dizendo-lhe, que naõ estava alli, chegou a termos de buscar a Justiça, que entrando por casa do Cirurgiaõ, acharaõ ao defunto anatomisado, e o Cirurgiaõ contando a verdade do caso, foi absoluto da pena que merecia aquelle delicto, por ceder em augmento da Arte, e em utilidade publica.

AZEDAS.

Oxalis.

13 AS Azedas saõ frias, e seccas, cozem-se, e destribuem-se bem dellas se gera hum succo de boa natureza, mas de pouquissima nutriçaõ. Tem virtude aperitiva, e incindente, com moderada adstricçaõ.

Virtudes Medicinaes.

Temperaõ a acrimonia da colera; refrigeraõ as entranhas excandecidas, mitigaõ a sede, excitaõ o appetite de comer, alegraõ o coraçaõ, e resistem aos venenos quentes. Saõ boas para as obstrucções attenuatorias, e quentes. O seu sumo tomado na bocca, he bom para as dores de dentes, que procedem de calor. A sua semente tem virtude adstrictoria, e por isto tomada em pô, serve para as diarrheas, e dysenterias.

PIMPINELLA.

Pimpinella.

14 POmos esta herva entre a hortaliça esculenta, porque ainda que entre nôs se não use della, poderá vir tempo em que a imitaçaõ de outros Reynos, venha a usarse. He a Pampinella fria e secca, e adstringente; usaõ-na em muitas Regiões nos

nos acetarios, que servem para desfastio, e recreaçaõ do palato. He mui cordeal, e por isto tem muito uso nas febres ardentes, e malignas; e pela sua adstricçaõ serve para todos os froxos de sangue, e de ventre. A agua cozida com ella, he de grande utilidade na dysenteria, de sorte que naõ falta quem diga, que brevemente a cura. Para as chagas do bofe he mui louvada a agua que della se destilla, já se lhe misturarem assucar rozado, e a coarem, será muito melhor. Tambem póde servir para as mesmas chagas, feita em pó, e tomada em licor conveniente, e se for na sua agua, ou cozimento, naõ será peior. *Virtudes Medicinaes*

SALSA DAS ORTAS.

15 A Salsa he quente, e secca; serve de condimento commum para muitos alimentos. Tem virtude aperiente, com que move a ourina, e provoca a purgaçaõ dos mezes desopila muito bem, discute os flatos, e soccorre aos que padecem colicas flatulentas, e de causa fria. *Petroselinum.* *Virtudes Medicinaes*

ORTELÃ.

16 ESta herva he quente, e secca; naõ he alimento, mas usa-se muito nas cozinhas para tempero delles. Tem muitas virtudes madicinaes: porque conforta o estamago, cura os vomitos, e soluços, para o que se toma o seu cozimento, ou a agua que della se destilla; dissipa os flatos, ajuda o cozimento do estamago; he boa para dores de colica de estamago, e do utero, e da cabeça; provoca a actos libidinosos; o seu fumo mata as lombrigas, e suspende a excreaçaõ do sangue pela bocca, misturado com vinagre. Tem mais a Ortelã virtude de cohibir *Mentha* *Virtudes Medicinaes*

hibir os froxos de ventre procedidos de humores colericos, e de relaxaçaõ; resolve os apostemas: descoalha o leite endurecido nos peitos; e metida no leite, naõ o deixa coalhar; sendo que o seu sumo o coalha muito bem. Posta por emprasto nos estamagos fracos, e que naõ tem appetencia de alimento, aproveita às vezes muito. Se usassemos da Ortelã, como se usa do chá, certo que naõ achariamos nella menos utilidades, pelas muitas virtudes, que tem para ajudar os cozimentos, confortando o estamago e a cabeça; e para curar as vertigens, e gastar os flatos. Só o seu cheiro conforta o cerebro, e conserva, e augmenta a memoria. Da Ortelã se faz hum Elixir de grande virtude para confortar o estamago.

COENTROS.

Coriandrum. 17 TAmbem os Coentros se usaõ por condimento, como a salsa. Saõ quentes, e seccos. Tem virtude narcotica, com que causaõ sonno. Saõ uteis nas vertigens, e epilepsias; dissipaõ os flatos, ajudaõ o cozimento do estamago; resolvem as alporcas, e os apostemas, pizando-os, e pondo-os sobre elles, como emprasto. Dioscorides numera os Coentros entre os venenos, assim como o meimendro; mas naõ he bem recebida esta opiniaõ; porque ainda que se diga, que duas, ou tres onças do sumo dos coentros bebidas matem como veneno, o mesmo se diz da alface, que nada tem de venenosa.

CEREFOLIO.

18 O Cerefolio he ſemelhante ao coentro na figura; os Italianos, e Francezes uſaõ delle nas ſeladas, como nôs do coentro. He o Cerefolio quente, e ſecco. Tem virtude aperiente, e diuretica; provoca a ourina; quebra, e expulſa a pedra, e areas dos rins. He agradavel ao eſtamamago, concilia ſuavemente o ſonno; deſcoalha o ſangue, ararrando-o, e volatizando-o de modo, que lhe ajuda a circulaçaõ; e por iſto he grande remedio nas quedas, ou tomando-o em pô, ou bebendo a ſua tintura. Nas peſſoas que tem o ſangue da textura craſſa he mui conveniente: porque o ſangue craſſo muitas vezes ſe embaraça no circulo, naõ podendo permear a anguſtia das veas, e arterias menores, de que logo reſultaõ alguns dannos, que o Cerefolio pòde evitar, facilitando a circulaçaõ. Applicado por fora tem inſigne virtude para dores de colica, e retençoens de ourina; ha de frigirſe em manteiga de porco ſem ſal; com parietaria, e ſalſa das ortas, e polas por empraſto no lugar da dor. He experiencia de Simaõ Paulli, e de Raio.

Cerefolium.

Virtudes Medicinaes

PERREXIL.

Fœniculus marinus.

19 O Perrexil he quente, e ſecco; tem virtude abſtergente, e diuterica. Uſa-ſe por condimento como a ſalſa, de que fallamos no numero 15. deſte Capitulo.

Virtudes Medicinaes

CAPITULO XIII.

Das Raizes ſativas.

NABO.

1 OS Nabos ſaõ quentes, e humidos; cozem-ſe com facilidade, e nutrem pouco; ſaõ mui flatulentos; offendem eſtamago, e cauſaõ colicas, e pelo ſeu calor, e flatulencia, incitaõ a actos libidinoſos Tem virtude diuretica, com que movem as ourinas, e virtude peitoral para as toſſes, e rouquidoens, para cujos dannos ſe preparaõ lambedores delles, porque ha nos Nabos partes dulcificantes, com que temperaõ a acrimonia dos humores falſuginoſos, e mordazes, de que as toſſes procedem; e por iſto meſmo contemperaõ o humor melancolico, por cuja cauſa Joaõ Crataõ os louva, e recomenda na cura das febres quartans. Da ſua ſemente ſe faz hum oleo de admiravel efficacia para as aphtas, ou chagas da lingua, e da bocca. Os Nabos clarificaõ a viſta, augmentaõ o leite, e a matéria ſeminal; ſaõ bons nos eſcorbutos, comendo-os crùs, ou cozidos; porque dulcificaõ os ſuccos acidos, e ſalinos, de que o eſcorbuto depende. O ſeu cozimento he louvado de Ettmullero para a dor iliaca. As ſuas folhas laxaõ o ventre, e ſaõ flatuoſas.

Virtudes Medicinaes

CARAZ.

& Caraz.

2 NO Braſil ſe acha huma planta, doſte nome, cuja raiz he ſemelhante aos noſſos nabos,

nabos; he quente, e humida; eſtá coberta com huma caſca; tem doçura, e ſuavidade; he mui ſuccoſa; e della ſe uſa com goſto.

R A B A S.

3 AS Rabas ſaõ huma eſpecie de nabos, da meſma natureza que elles; differem ſómente em que as Rabas ſaõ mais pequenas; e ainda que ſe ſemeem com os nabos, elles creſcem a maior grandeza, e ellas ſempre ficaõ pequenas. Tambem differem no goſto: porque o das Rabas he deliciosiſſimo, e com particularidade em algumas terras. Perto da Cidade de Bragança, ha huma Aldea, a que chamaõ Soeira, cujas Rabas tem huma doçura, e ſuavidade de goſto ſobre as de todas as mais terras; bem podiaõ ſobir às mezas de Principes eſtas, que naquelle lugar ſaõ alimento mal prezado dos ſeus moradores. Tem as meſmas virtudes medicinaes, que os nabos, aos quaes excedem em dulcificar a acrimonia dos ſuccos ſalſuginoſos, e mordazes. *Rapæ.* *Virtudes Medicinaes*

R A B A M.

4 O Rabaõ he quente, e ſecco, indigeſto, flatulento; coze-ſe mal, dà máo ſucco, e nutre pouco; he mais proprio para desfaſtio, que para alimento; miſturado com o comer, faz que ſe deſtribua mais facilmente, porèm o Rabaõ fica indigeſto; donde veio aquella vulgar paremia, que ſe attribue a Averroès, *Raphanus digerit, & non digeritur*; que quer dizer, que o Rabaõ ajuda a digeſtaõ, no que havemos de advertir, que os Gregos chamavaõ deſtribuiçaõ à digeſtaõ, e naõ cozimento, como alguns erradamente interpretaraõ, cuidando *Raphanus.*

do que o Rabaõ ajudava o cozimento, ficando indigeito; e assim se ha de entender, que o que quiz dizer Averroes, foi, que o Rabaõ ajudava a deitribuiçaõ dos alimentos com as suas partes tenues, e aperitivas; porèm que estas ficavaõ cruas, e indigestas. Sendo os Rabãos todos quentes, huns tem maior calor que outros: porque os que mais picaõ na lingua, esses saõ os mais quentes. Mas todos, comendo-os em grande quantidade, fazem mal aos dentes, ao estamago, à cabeça; causaõ nauseas, e muita flatulencia; offendem a vista com vapores acres, e mordazes; e excitaõ estimulos libidinosos. Comtudo isto, tem o Rabaõ muitas virtudes medicinaes; porque elle provoca a ourina, e soccorre nas suppressões della; quebra, e exclue a pedra, e areas, alimpando os rins, e a bexiga. He mui deobstruente, e por isto serve nas obstrucçoens do figado, e do baço; cura as ictericias maravilhosamente, tomando os seus xaropes alguns dias continuados. Na Escola de Salerno, accrescenta-se, que tem virtude contra os venenos. Todas estas virtudes se consideraõ mais nas folhas, e na casca, que nelle proprio. Para a pedra he bom remedio tomar cinco, ou seis manhãs quatro onças de sumo de Rabaõ, com meia onça de mel. Ou cortar hum Rabaõ em talhadinhas delgadas, cozelas em mel, e da agua que sair deste cozimento, se tomarão quatro onças alguns dias, que he excellente remedio para excluir as pedras, e areas, e para alimpar os rins.

Virtudes Medicinaes

MANGARAIS.

Mangarais.

5 HE raiz cultivada no Brasil; he quente, e humida; e semelhante á raiz da junça, e de muito melhor gosto, que as maes raizes esculentas

tas dequelle paiz. Come-se cozida, ou guizada.

CARDO.

6 O Cardo he quente, e secco, mas lança de si tanta humidade, que parece que refrigera o estamago, e intestinos. Coze-se mal, assim a raiz, como os talos, e o fruto, a que chamaõ alcaxofra, e daõ pravo succo, e pouco nutrimento, estimulaõ a natureza para actos libidinosos. O seu sumo todo se converte em colera: e da sua substancia se geraõ humores melancolicos. Tem o Cardo virtude diuretica, com que provoca a ourina, e areas. A sua flor coalha o leite, como se fora coalho de cabrito. *Cinara.* *Virtudes Medicinaes*

CINOURA.

7 A Cinoura he quente, e secca: naõ se coze bem no estamago; dá alimento mediánamente crasso, melancolico, e de bastante nutriçaõ; incíta a natureza para o serviço de Venus. He díuretica, provoca a ourina, e serve para mover a purgaçaõ dos mezes. Muitos a louvaõ nos achaques fríos, na hidropesia, nas dores de colica, na tosse antíga, na debilidade de estamago, a que aproveita com as partes aromaticas, que tem. He íncíndente, attenuante, abstersivas, e deobstruente. A sua semente he diuretica, e gasta os flatos. *Pastinaca.*

VMERI.

8 VMerî he raiz, que se cultiva no Brasil; he fria, e humida, de bom gosto; mas muíto flatulenta, e de poca nutriçaõ. ☞ *Umeri.*

TA-

TAJA'

☞ Tajá. 9 TAmbem he raiz cultivada no Brasil, e de varias cores; he fria, e humida; em tudo semelhante ao Umerí, de que acima fallamos.

ALHO.

Allium. 10 O Alho he a pedra bazar, ou a triaga dos rusticos, como lhe chamou Galeno. He quente, e secco; coze-se bem, nutre pouco; tem virtude caustica; mas comido, não offende com ella porque se tempera com as humidades do estamago, e com os mais alimentos; serve maes de tempero, e condimento, do que alimento. Comido com frequencia, aquenta o sangue, inquieta a colera, principalmente em naturezas quentes, e biliosas; offende a vista, e à cabeça com a sua acrimonia, dannos que mais certamente causa comendo-se crù; que sendo cozido, ou assado, fica mais brando, e menos acre. Tem virtude de quebrar, e excluir a pedra, e areas dos rins; e sabemos nós de algumas pessoas, que padecem estas queixas, que na occasiaõ em que as molesta a dor de pedra, mandaõ cozer em agua humas cabeças de Alhos e bebendo o cozimento quente, logo em pouco tempo livraõ da dor, e do impedimento que tem para ourinar, lançando com a ourina a pedra, ou areas, que lhe fazem as dores, e lhe causaõ a suppressaõ Tem mais o Alho virtude aperiente, com que move a purgaçaõ do menstruo; he bom para as obstrucçoens das entranhas, e para os estamagos debilitados por falta de calor, porque os ajuda a fazer cozimento; misturando-os com alimentos, ou tomando pelas manhãs alguns dentes delle inteiros, como se foraõ

Virtudes Medicinaes

foraõ pirolas. He remedio para os bronquios do bofe nas rouquidoens, porque incinde, e absterge os humores de que procedem; aclara a voz; mata as lombrigas, e resiste a todos os venenos, sobre o que se veja o que escreve Mangeto *no tomo primeioo da Bibliotheca Pharmaceutica, fol.* 40. & 42. Na peste o louva Platero, e dos Hungaros diz Bockelio, que no tempo da peste, naõ tem remedio taõ certo, como os Alhos, que seccando as humidades, impedem a podridaõ. Nas dores de estamago de causa fria, he excellente; nas colicas de frio, ou de flato, aproveita muitas vezes huma cabeça de Alho, applicando-a quente sobre o embigo. Finalmente saõ tantas as suas virtudes, que as naõ podemos epilogar todas. Vejaõ os curiosos a Zacuto, Eschrodero, Hoffmanes, Trago, Paulli, e outros que observaraõ grandes do Alho.

TAMOATARANA.

11 Esta raiz cultiva-se no Brasil; he fria, e humida, he mui gostosa; come-se cozida; nutre pouco, e he flatulenta. *Tamoatarana.*

SEBOLA.

Cæpà.

12 A Cebola he quente, e secca, acre, e mordaz; coze-se depressa, nutre pouquissimo. Ha entre as Cebolas alguma differença: porque humas saõ longas, outras redondas; humas brancas, outras rubras. Estas, e as longas tem maior acrimonia, e mordacidade. Todas ellas offendem a cabeça, os olhos, e as gingivas, comendo-se em muita quantidade, e perturbaõ o sonno; danno que as Cebolas *Virtudes Medicinaes*

seccas

ſeccas cauſaõ, mais do que as verdes. Tem a Cebola muitas virtudes medicinaes: porque ella he aperiente, attenuante, e incindente; e por iſto move os mezes, provoca a ourina, desfaz a pedra, alimpa os rins das areas, e ſoccorre muito em queixas nephriticas. He peitoral, aproveita nos catarros, rouquidoens, e toſſes, e nas aſmas, comendo-a cozida, ou aſſada; ou bebendo a ſua agua deſtillada em Banho de Maria, com aſſucar. Nas ſuppreſſoens de ourina aproveita muito frita em manteiga de porco ſem ſal, e poſta por empraſto na parte interior do ventre; e quando ha dor, poſta ſobre a parte doloroſa. O ſeu ſumo miſturado com mel, he bom para tirar as nevoas dos olhos, e para as ſardas, e quaeſquer outros ſinaes. Para as dores das almorreimas he excellente, aſſando-a, e pizando-a com igual quantidade de manteiga crua; porque tira a dor, deſincha, e abranda as almorreimas doloroſas, e tumidas. Tem mais a virtude de madurar os apoſtemas. Cortada em rodas, e lançada huma noite em agua, deixa nella grande virtude para matar as lombrigas. Para as queimaduras em que naõ haja chaga, nem excoriaçaõ, a louvaõ muito Fernelio, e Pareu, applicando-a pizada com ſal. Huma Cebola excavada, chea do oleo de amendoas amargoſas, aſſada em borralho, depois expremida dà hum licor, que he remedio de muita virtude para promover o fluxo das almorreimas, untando-as com elle quente. Para fazer que o cabello naſça nos lugares de que cahio, fregando-os com ella pizada, ou com o ſeu ſummo, a inculcaõ muitos, e a louva a Eſcolla de Salerno.

Con-

Contritis cæpis loca denudata capillis
Sæpe fricans, poteris capitis reparare decorem.

PORRO.

13 O Porro val o meſmo que a cebola, aſſim no temperamento, e qualidades, como nos uſos medicinaes, para que tem as meſmas virtudes, ainda que em menos grào. Hippocrates 1. o recomenda para ajudar a concepçaõ ou applicado em fomentos, ſemicupios, e cataplaſmas; ou comido, porque com a virtude abſterſiva, que tem, alimpa o utero dos humores mucoſos, que viciaõ a materia ſeminal maſculina, e impedem a boa fecundaçaõ dos ovos, de que a concepçaõ depende. Para aclarar a voz o inculcaõ muitos; mas advertem que ſe naõ coma com frequencia, porque eſcurece a viſta, offende o eſtamago, cauſa ſonnos turbulentos, e outros incommodos maes.

Porrū.

Lib. 1. de morb. mulier.

Virtudes Medicinaes

BATATAS.

14 AS Batatas ſaõ raizes de humas plantas, que ſe cultivaõ nas noſſas Ilhas. Saõ quentes, e humidas, como ſe vè da doçura, e ſucculencia que tem. Cozem-ſe facilmente no eſtamago; deſtribuem-ſe bem; nutrem muito, e ſaõ flatulentas. Dellas ſe faz a Batatada, que he doce de bom goſto. As Batatas do Braſil, para onde ſe levaraõ das Ilhas, ſaõ mais ſeccas, e por iſto mais goſtoſas.

Batata Hiſpanorum.

Tem as Batatas virtude purgativa; e ſaõ o medicamento de que uſaõ vulgarmente os do Braſil. Toma-ſe de huma atè duas oitavas, em pó, e obraõ ſuavemente;

Virtudes Medicinaes

vemente; porèm eitas batatas saõ silvestres, e naõ se cultívaõ, como as outras que se comem, segundo diz Piso fol. 93.

INHAME.

Coloca-sia. 15 INhàme he raiz de huma planta deste nome, que tambem se cultiva nas Ilhas de Portugal, como as batatas. He quente, e humida, como ellas, mas mais flatulenta. Coze-se com facilidade, e destribue-se bem. He alimento de bom gosto, mas de pouca nutriçaõ. Naõ lhe sabemos virtudes medicinaes.

GOARIA.

Goarià. 16 HE raiz quente, e humida, de bom gosto, mas coze-se, e digere-se mal, e nutre pouco; causa colicas, e flatulencias; cultiva-se no Brasil; come-se cozida, ou guizada,

CAPITULO XIV.

Das Raizes que se naõ semeaõ, e dos Cogumelos.

TUVERAS DA TERRA

Tubera 1 AS Tuveras saõ huns fetos calosos, e duros da terra tumida, e prenhada. Saõ frias, e seccas, crassas, e terrestres; cozem-se muito mal, e destribuem-se muito peior; gera-se dellas hum succo crasso, e melancolico, que obstrue as entranhas, grava o estamago, offende os nervos, e a cabeça;

cabeça; produz parlesias, e apoplexias, excita colicas, e dores de ventre; causa areas, e pedra; e finalmente saõ tantos os dannos que causaõ, que Laguna. 2. lhe chamou casamenteiras entre o homem, e a terra, porque daõ com elle na sepultura. Saõ as Tuveras insipidas, e tomaõ bem o sabor, e tempero das cousas com que se guizaõ, e se o cozinheiro he perito, ficaõ sendo hum prato de bom gosto. 2. 2 *In Diosc. c.* 134.

Os pòs das Tuveras seccas no forno, saõ bons para os froxos do ventre; tomaõ-se em vinho, senaõ ha febre; e se a houver, ou o temperamento do enfermo for quente, tomem-se em agua de tanchagem, ou de beldroegas, ou de rosas vermelhas. *Virtudes Medicinaes*

COGUMELOS.

2 OS Cogumelos saõ frios, e seccos, e espongiosos; cozem-se com difficuldade, e naõ se destribuem, porque como saõ porosos, tomaõ em si as humidades do estamago, com que inchaõ de maneira, que oprimem o bofe, e o diaphragma, difficultaõ a respiraçaõ, e ultimamente suffocaõ. Galeno os numera entre os venenos; e os Latinos lhe chamaõ *Fungos, a funere*: porque os reputaõ por mortaes. Dioscorides faz duas differenças delles; huns que saõ venenosos; outros que naõ tem veneno. Aquelles saõ os que nascem em lugares immundos, em que se geraõ bichos, ou junto de arvores, que daõ fruto venenoso. Os que naõ tem veneno, saõ os que nascem nos prados, e terras boas no mez de Abril. Estes saõ pequenos, e nòs os comemos muitos annos sem experimentar nelles alguma offensa. Bem guizados, saõ deliciosos. Tambem sabemos, que muitas pessoas morreraõ de comer Cogumelos; e outras chegaraõ às portas da morte; de que se póde ver o caso *Fungi.*

que referimos nas nossas Observaçoens. 1. E por isto nos parece, que se naõ use deste alimento, quando naõ faltaõ outros, que se pòdem comer sem o temor de que por suas qualidades nos offendaõ. Em Italia, e Napoles saõ os Cogumelos de notavel grandeza, e estimaçaõ, e naõ fazem danno; como com larga penna escreve Kirkero no *Tomo 2. do seu Mundo subterraneo, fol. 359.*

1. *Cent. 2. Obs. 10.*

ESPARREGOS.

3 OS Esparregos naõ saõ quentes, nem frios; saõ temperados nas primeiras qualidades, e nas segundas saõ seccos. Cozem-se facilmente destribuem-se bem, e nutrẽ pouquissimo. Tem virtude aperiente, com que desopilaõ muito bem, provocaõ a ourina, e a purgaçaõ do menstruo; quebraõ a pedra, expurgaõ as vias da ourina, alimpaõ os rins, e bexiga das materias sabulosas, e tartareas, aproveitaõ muito na ictericia, e nas obstrucçoens das entranhas, e hipocondrios. O cozimento da sua raiz, e semente he bom para as dores de dentes.

Asparagus.

Virtudes Medicinaes

MARQUESOTAS.

4 AS Marquesotas saõ humas extuberancias nodosas, que se formaõ nas raizes de humas plantas: que como o girasol se levantaõ a huma grande altura, acabando com huma flor amarella, que faz ser mosura entre outras plantas. As raizes saõ frias e seccas, bem guizadas fazem hum prato de bom gosto, cozem-se com difficuldade, e geraõ-se dellas humores melancolicos, crassos, que daõ de si obstrucçoens, e indigestões. O pò das Marquesotas torradas no forno, he util para os froxos de ventre, tomando-os em agua cozida

☞ Mar-*quessotæ*

Virtudes Medicinaes

cozida com ſandolos brancos.

CAPITULO XV.

Dos frutos ſativos.

1 SAõ os frutos humas admiraveis producçöes da Terra, que cedem em regalo, e recreaçaõ dos homens. A huns chamaõ frutos fugaces, e horarios; e ſaõ os do Eſtio; que maduraõ em Junho, e Agoſto. A outros chamaõ oporos, e Autumnaes; e ſaõ os que maduraõ em Settembro. Os frutos do Eſtio, tem mais humidade, porque ſaõ menos cozidos, e calcinados do Sol, pela brevidade com que ſe ſazoaõ; e por iſto ſe corrompem mais facilmente, e cauſaõ as febres, e doenças, que no tempo delles ſe experimentaõ; cuja corrupçaõ reputou Galeno 1. por venenoſa. Os do Outono, como eſtaõ mais tempo deſde que naſcem, atè que maduraõ gaſtalhe o Sol a humidade ſeroſa, e ficaõ mais cozidos, e enxutos, e por iſto duraõ mais tempo ſem corrupçaõ, nem cauſaõ os dannos, que fazem os do Eſtio. Eſtes ſempre ſe devem comer com paõ, como correctivo dos alimentos de prava natureza. Galeno aconſelha, que os comaõ com actual frialdade, ou da agua, ou da neve, as peſſoas coſtumadas a ella. E todos os Dietarios advertem, que os ſãos os comaõ em moderada quantidade; e que nunca ſe concedaõ aos doentes; lembrando-nos, que Galeno abſtendo-ſe delles: nunca mais adoecera, como lhe ſuccedia quando os uſava. E o certo he, que aſſim de huns, como de outros, ſe deve uſar com moderaçaõ, que naõ offenda; porque o exceſſo, e a ſobriedade

1. *Lib. de Euchym* 3.

com que se usaõ, póde mais que as suas qualidades para o danno, e para o proveito. A fruta comida moderadamente, he util, e parece necessaria, naõ só para delicia, mas para utilidade da gente: porque ella serve de desfastio para os alimentos ordinarios: humedece o estamago secco com o ar do Estio, que secca, e aquenta; laxa o ventre, e move a ourina. Mas comendo-se com excesso, faz muitos dannos: porque ou se corrompe no estamago, e dá em colicas, diarrheas, dysenterias, inchações de ventre, e outros incommodos maes; ou passa ás veas, e enche a massa do sangue de soro, em tal quantidade, que naõ cabendo nos seus vasos, nem nos da lympha, desata-se em defluxoens a varias partes, causando em algumas dannos graves, ou reumatismos universaes, com grandes dores, ainda que as frutas sejaõ das melhores: porque em tendo muito sumo, e em se comendo com demasia, logo ha estillicidios, ou a fruta seja quente, ou seja fria; o que dizemos, porque cuida a gente do Povo, e naõ sei se o vulgo dos Medicos, que só o quente, e o frio nos offende; sendo que no que toca a causar estillicidios, o que he mais seroso, o que tem mais humidade, isto he o que mais estillicidios causa, ou seja frio, ou seja quente; no que fallaremos com individuaçaõ, tratando de cada hum dos frutos; comecemos pelo melaõ.

MELAM.

Melo. 2 O Melaõ he hum dos mais fermosos frutos, que produz a Terra; he frio, e humido. Se se detem no estamago, com facilidade se corrompe, e he a sua corrupçaõ venenosa. Mas se elle he fino, e bem maduro, desce brevemente do estamago, sem se cozer, nem se corromper, e passa às vias da

da ourina, e do ventre; causa muito estillicidio com a sua muita humidade, principalmente, quande naõ deice logo do estamago, e passa às veas, onde causa febres. Os de Inverno saõ mais duros, e tem menos humidade, que os do Estio, e por isto fazem menos defluxos, e não se corrrompem taõ facilmente. Os do Estio, sendo bons, e bem maduros, e comendo-se nevados, ou frios, mitigaõ a sede, refrigeraõ as entranhas, e temperaõ a acrimonia, e mordacidade da colera com a doçura, e suavidade do seu succo. Em Traz os-Montes, onde ha aquelles celebres Melões da Villariça, usavamos delles por remedio nas febres ardentes, porque saõ mui cordeaes, e naõ só naõ fazem danno, mas antes saõ de muita utilidade, assim porque temperaõ o ardor da colera, e a sua acrimonia como porque servem de desfastio para os alimentos. Tem os Melões virtude diuretica, e absterfiva, com que saõ uteis nos que padecem pedra, e areas; porque alimpaõ os rins, e bexiga das materias, que os occupaõ. As suas pevides tem grande virtude refrigerante, e saõ humas das quatro sementes frias maiores, de que se fazem as emulsoens, com que se refrigeraõ as entranhas, e a massa do sangue, no incendio; e em pyreuma das febres estivas, e ardentes. Tem virtude diuretica, e por isto, e pelo que refrigeraõ, e humedecem, servem tambem as suas emulsoens de remedio, nos ardores, e queixas de ourina procedidas de materias quentes, acres, fuliginosos, e mordazes.

Virtudes Medicinaes

BELANCIA.

Angu-ria. 3 NAõ he a Belancia menos fermoſo fruto, que o melaõ; a natureza a cobrio de verde, e a forrou de encarnado; com que aſſim inteira, como partida, ſe faz ſempre agradavel objecto da da viſta, em quanto naõ paſſa a ſer delicioſa lizonja do goſto, e gracioſo emprego do appetite. He fria, e humida; e tão tenue, e aquoſa, que toda ſe desfaz em agua, de ſorte que mais parece fruto liquido, que ſe bebe, do que alimento ſolido, que ſe come. Se ſe detem no eſtamago, em pouco tempo ſe corrompe, e depois de corrupta, cauſa colicas, cardalgias, febres podres, e ardentes; razões porque a reprova Zacuto,
1. 1. e nós a reprovamos com experiencia de que offen-
1. *Hiſto. tiar.* de inſignemente nas febres, e ainda na convaleſcença dellas; porque em Traz os-Montes, onde concediamos os melões bons aos febricitantes, lhe negavamos as Belancias, por haver conſtantes experiencias, de que com ellas ſe augmentavaõ as febres, e que repitiaõ depois de curadas. O que dizemos, para que ſe ſaiba como erra quem concede Belancia nas febres, como aqui vemos fazer cada dia. Naõ faz a Belancia muitos dannos, pela facilidade com que deſce do eſtamago às vias da ourina, pelas quaes ſahe brevemente quando ſe come ſem miſtura de outros alimentos, que a fação deter no eſtamago, e paſſar às veas com elles, onde cauſaria maiores incommodos. Com que concluimos dizendo, que para os ſãos, he a Belancia tão bom fruto, como todos os maes, de que devem uſar com moderação; e para os doentes, he peior, que todos, pela facilidade com que ſe corrompe, As ſuas pevides ſaõ muito medicinaes; e ſaõ humas das quatro ſementes frias maiores, que

ſervem

ſervem para as emulſoens, ou amendoadas que refrigeraõ o ſangue, e as entranhas nas febres ardentes, e nas intemperanças quentes das partes internas. *des Medicinaes Virtu-*

PEPINO.

4 OS Pepinos ſaõ frios como os meloens, e Belancias, mas menos humidos, que elles, por iſto ſe naõ corrompem taõ facilmente. Cozem-ſe com difficuldade, deſtribuem-ſe mal, nutrem pouco; mas daõ hum ſucco frio, que tempera o calor do eſtamago, e da colera, mitiga a ſede, refrigera as entranhas excandecidas, e eſtuantes, e faz muita utilidade nas febres ardentes, e colericas. E ainda que Galeno, e os Eſcritrores depois delle, reprovarão os Pepinos para dieta dos enfermos: nós lhe naõ achamos a razaõ, que baſte para os ſeguir neſte dictame; e aſſim os damos aos doentes, que pelo ſeu temperamento, ou pelas ſuas queixas, neceſſitaõ de alimento com que ſe refrigerem; e naõ os temos em menos conta, que a abobora, de que logo fallaremos: porque ainda, que ſe cozem mais de vagar, tambem naõ turbaõ, nem ſe corrompem taõ facilmente; e daõ alimento mais craſſo. Muita gente os come cozidos, e guizados, e naõ achaõ nelles os dannos de que os infamou Galeno. Sem duvida que os Pepinos de Pergamo, e de Roma no ſeu tempo, deviaõ ſer como os peſſegos da Perſia, onde eraõ venenoſos, e ſaõ em outras terras taõ ſalutiferos, como ſabemos. Saõ os Pepinos diureticos, e abſterſivos; naõ tanto como os meloens, e belancias. As ſuas pevides ſaõ humas das quatro ſementes frias maiores, que ſervem para as emulſoens refrigerantes.

Cucumer.

Virtudes Medicinaes

ABOBORA.

Cucurbita. 5 A Abobora he fria, e humida; coze-se facilmente; logo se destribue; nutre pouco he flatulenta; perturba o ventre; causa colicas; he infensa aos intestinos, e particularmente ao colon; e se dilata no estamago; corrompe-se com facilidade Para os sãos he de pouca utilidade: porque os naõ nutre, nem lhe repara a perda dos espiritos, Para os febricitantes, e para naturezas calidas, là lhe serve de refresco; mais do que nutrimento. Galeno disse, que entre os frutos fugaces, sô a Abobora era inculpavel: porque se não corrompia como os outros. Devia ser mais amigo della, que de pepinos: pois se a louvou por se naõ corromper tão facilmente, mais tinha que louvar nos pepinos, que menos que ella se corrompem. *Virtudes Medicinaes* As pevides da Abobora saõ humas das quatro sementes frias maiores, que servem para as emulsoens, ou amendoadas, e para outros usos medicinaes. Da sua caica se faz oleo chamado vulgarmente oleo das pontadas. As folhas frescas da Abobora postas sobre os peitos, lhes seccão o leite. O que temos ditto se entende da Abobora carneira, que he a que tem forma comprida, e a que ordinariamente se usa nas mezas. Alèm desta, ha outras Aboboras redondas, a que chamaõ Aboboras meninas, e Aboboras Meloas; todas saõ frias, e humidas, mas mais crassas, e de peior succo que as carneiras.

BERINGELLAS.

Melongenæ. 6 AS Beringellas saõ quentes, e seccas, crassas, de difficultoso cozimento, e pouca nutrição. Geraõ-se dellas humores crassos, e melancoli-

colicos, que causaõ opilaçoens, e achaques hemorrhoidaes; porèm se se cozem com vinagre, diz Avicena, 1. que naõ opilaõ, e que deobstruem. Haõ de comerse cozidas com carne gorda: porque assim se emenda de algum modo a sua seccura; mas primeiro se ha de ter cozido em outra agua, em que deponhão as partes quentes, e agudas. As Beringellas seccas á sombra, e feitas em pò, tem virtude para curar as almorreimas tumidas, e dolorosas, misturando-se com oleo de gemas de ovos, ou com oleo de golfãos.

1. 2. Can. c. 455.

Virtudes Medicinaes

TOMATES.

7 OS Tomátes saõ frios, e humidos; cozem-se, e destribuem-se mal; dão hum succo de prava natureza; e nutrem pouco. Não lhe sabemos virtude medicínal.

Poma Amoris.

PIMENTAM.

8 OS Pimentoens saõ quentes, e seccos em summo grào; tem muita acrimonia, e mordacidade, que excede á da pimenta, e cravo da India. Usa-se delles mais para tempero, e condimento de alguns comeres, do que para alimento; sendo que em quanto saõ verdes, se poem de escabeche em vinagre, com huma tal preparação, que lhe abranda a sua dureza, e lhe modifica a acrimonia, de modo, que se comem à maneira de alcaparras; e nas terras em que isto se faz, servem de alimento aos rusticos, e trabalhadores no Inverno, que he quando se colhem. Depois de maduros, e vermelhos, servem para os paios, e chouriços; a que dão graça, alem de temperarem com o seu calor, e seccura, a muita humidade

Siliquastrum.

humidade da carne de porco, preſervando-a de que ſe corrompa. Tambem ſe uſaõ muito com os nabos, quando ſe cozem, e ſendo em moderada quantidade, daõ-lhe melhor goſto, e emendaõ-lhe a flatulencia.

MORANGOS.

Fraga.

9 OS Morangos ſaõ frios, e humidos; cozem-ſe de preſſa, e nutrem pouco. Saõ mui cordeaes; refrigeraõ o ſangue; temperão a acrimonia da colera; refreſcão as entranhas; laxaõ o ventre; mitigão a ſede: e nas peſſoas de temperamento quente, nos bilioſos, e nas febres uſtivas, e ardentes, ſervem de regalo, e de remedio; principalmente comendo-ſe nevados. Aſſim elles, como a ſua planta, e a raiz, tem virtude aperitiva, e diuretica, com que reſerão as obſtrucçoens das entranhas, curão as ictericias, alimpaõ os rins, e a bexiga, temperaõ a acrimonia da ourina, e ſervem para os males do figado, e do ſangue excandeſcido; e por iſto a agua cozida com a erva, ou raiz dos Morangos, he remedio nas comichoens, e proidos, nas intemperanças quentes, e nas ictericias.

Virtudes Medicinaes

ALCAPARRAS.

Capparis.

10 SAõ as Alcaparras quentes, e ſeccas, cozem-ſe com difficuldade no eſtamago; nutrem pouco; e geraõ-ſe dellas humores bilioſos; e ſe ſe comerem com muita frequencia, e em grande copia, faraõ morſos, e dores no eſtamago, colicas quentes, e teneſmos. Comidas com moderaçaõ, confortão o eſtamago, excitaõ o appetite famelico, e não fazem danno. Tem virtude aperitiva, incindente, e de-

Virtudes Medicinaes.

deobſtruente, aſſim ellas, como as caſcas das ſuas raizes, e por iſto ſaõ boas para as obſtrucçoens das entranhas, e para quaeſquer opilaçoens, particularmente do baço, e para alimpar os rins, e bexigas dos humores que os occupaõ, Plinio diz que preſervaõ de parlezia, comendo-ſe todos os dias. Dellas ſe faz hum oleo, que ſerve para opilaçoens, e dureza do baço, e maes entranhas. Os pôs da ſua ſemente, tomados em vinho branco, ou em qualquer licor aperiente, deſopilaõ muito bem.

CASTANHAS DA INDIA.

11 EM algumas terras frias da Provincia de Traz os-Montes ha humas plantas, que ſe cultivaõ nas hortas, em cujas raizes ſe achão huns frutos redondos, á maneira de tuveras da terra, do tamanho de nozes grandes, e alguns maiores, aos quaes chamão Caſtanhas da India, comem-ſe aſſadas São frias, o ſeccas; cozem-ſe muito mal, e digerem-ſe peior; cauſaõ obſtrucçoens, flatulencias, e colicas. Seccas no forno dentro de huma panella, e feitas em pô, ſaõ boas para froxos de ventre; que procedem de relaxaçaõ. *Caſtaneæ Indiæ.* *Virtudes Medicinaes.*

CAPITULO XVI.

Dos Frutos das Arvores.

FIGOS.

1 A Todos os frutos preferio Galeno os Figos, e as uvas, com a experiencia de que adoecendo todos os annos com a fruta do Eſtio, *Ficus.*

e

e resolvendo-se a naõ comer mais que uvas ; e Figos com moderaçaõ , nunca mais teve doença por aquelle tempo. Saõ os Figos quentes , e humidos , mas mais humidos, que quentes. Constaõ de tres substancias differentes : a casca , que se coze com difficuldade, a carne , que facilmente se coze, e a semente , ou grainha , que he incoctivel, e separada da substancia carnosa , sahe inteira com os excrementos do corpo. E por isto haõde comer-se os Figos maduros , e sem casca, principalmente se forem borjaçotes, cuja casca por dura se faz incoctivel. Nutrem os Figos mais que os outros frutos; descem facilmente do estamago laxão o ventre; e por isto comidos com moderaçaõ , nunca offendem; mas poderaõ offender insignemente se se comerem com excesso : porque delles se gera hum sangue quente, e bilioso, que causa febres podres, e ardentes proidos, e comichoens, e outros achaques cutaneos, e muitos piolhos pelo corpo , principalmente se forem os Figos seccos , que tem maior calor e nunca perdem toda a humidade. Se os Figos se comerem verdes, ou mal maduros, gera-se delles hum succo pravo , e corrosivo , de que nascem febres podres, dysenterias; e outros muitos dannos.

2 Duas vezes no anno fructificaõ as figueiras; no principio do Estio , e no fim delle. Os primeiros , a que chamaõ *Lampãos* , saõ reprovados por pessimos, pela sua muita humidade, com que facilmente se corrompem, Os segundos , que saõ os do outono , saõ os melhores, e Hippocrates lhe chama superlativamente bons , 1. dizendo : *Primæ sicut pessimæ sunt,*
1. *quia succulentissimæ; optimæ autem postremæ,*

2. *De diæt.* 3 Ha varias differenças de Figos : porque huns saõ brancos, outros pretos , e outros pretissimos. Os melhores saõ brancos, e os menos bons saõ os mais negros : *Ficus albæ* (diz Avicena) *præstantiores sunt deinde rubræ* , *tertiò nigræ*. Nenhuns delles se reputaõ

tão por mãos; todos saõ bons, ainda que huns melhores, que outros. Porque alem da suavidade do seu sabor, nutrem muito, como dissemos, lubricão o ventre; dulcificão a acrimonia dos humores salsuginosos, e mordazes, razão porque se louvão nos ardores de ourina; tem virtude absterfiva, com que alimpaõ os rins, e a bexiga das areas, que nelles se achaõ. Os seccos louvão-se para as obstrucçoens das entranhas; e reprovaõ se nas inflammaçoens internas. Elles saõ peitoraes, e maturativos, por isto servem nos catarros frios, nas asmas humidas, e nas bexigas. Tralliano concede aos hecticos os Figos, dizendo que quando estão maduros, nunca offendem: *Quod permaturus ficus nunquam obesse poterit*. Alguns Authores disseraõ, que elles resistiaõ aos venenos, e refere Plinio, que Mithridates Rey de Ponto, usava de hum bezoartico, que se compunha de arruda, sal, nozes, e Figos. *Virtudes Medicinaes*

Bananas, ou Figos dos Padres da Companhia.

4 AS Bananas chamão no Brasil Figos dos Padres da Companhia; e ainda que naõ sejaõ verdadeiramente Figos, visto que lhe daõ este nome, aqui lhe damos lugar entre os nossos. Saõ frios, e humidos, de excellente sabor. Refrigeraõ muito, laxão o ventre; nutrem pouco, saõ flatulentos, e mais familiares ao peito, que ao estamago. *Bananæ* *Virtudes Medicinaes*

U V A.

5 AS Uvas saõ como os figos, quentes, e humidas, ainda que ha entre ellas alguma differença. Compoem-se de casca, e bagulho que saõ *Uvæ.*

incoctiveis; e de polpa, que se coze facilmente, destribue-se bem, e nutre muito, o que se experimenta nos que guardaõ as vinhas; que comendo Uvas, e figos, dentro de dous mezes se poem bem nutridos; ainda que esta nutriçaõ he menos solida, que a que se faz das carnes, e outros alimentos. Ha varias differenças de Uvas: porque humas saõ brancas, outras rubras, e negras; e de cada huma dellas ha varias especies, das quaes humas saõ doces, outras azedas. De todas, as brancas, e doces, que tem muita carne, e pouco succo, saõ as melhores. As doces como os moscateis, saõ mais quentes, que as menos doces. As acerbas, ou azedas saõ frias. Das mais doces gera-se sangue quente, e bilioso; e comidas com excesso, causaõ febres podres, e ardores de ourina, cursos, e outros dannos. As que tem mais carne, e menos sumo, saõ as que mais nutrem, e menos offendem; as que saõ mais succosas, nutrem menos, e offendem mais, e hum dos dannos, que logo fazem, saõ estillicidios, que certamente resultaõ dos frutos muito humidos, ou elles sejaõ quentes, ou sejaõ frios. Haõ de comer-se bem maduras, e se forem colhidas de dous, ou tres dias, seraõ melhores; porque teraõ perdido alguma humidade excrementosa, e o empyreuma, que lhe introduzio o Sol; por cuja causa se julgaõ melhores as Uvas dependuradas, e se contaõ entre os alimentos frios: porque o tempo lhe tem consumido as partes quentes, e biliosas, As Uvas de terras frias saõ azedas, e adstringentes, porque nunca chegaõ à perfeita maturaçaõ, e por isto nutrem pouco, e naõ laxaõ o ventre, antes o constipaõ, e servem de remedio nas laxaçoens delle.

Virtudes Medicinaes. Os dannos, que costumaõ fazer as Uvas comidas com excesso, saõ diarrheas, colicas; estillicidios, e por flatulentas causaõ dores em varias partes, e vertigens.

Comi-

Comidas com moderação, fazem muita utilidade: porque laxão o ventre, facilitão a ourina, alimpão os intestinos, e rins dos humores, e areas, principalmente se se comerem com o rocio com que se colhem; e nutrem de maneira, que Pierio 1. restaurou com ellas alguns hecticos; tanto póde a sua humidade nutriente, que serve de remedio aos marasmados.

1. *Lib.* 4. *Instit. cap.* 15.

5 As Uvas seccas, a que chamamos passas, sendo de Uvas doces, saõ mais quentes, que as mesmas Uvas; e Hippocrates lhe chamou estuosas; porque geraõ muita colera; principalmente em temperamentos quentes, e biliosos, que com todas as cousas doces se offendem. As melhores saõ as que tem mais polpa, e casca mui delgada. Estas nutrem muito em naturezas frias, ou temperadas; tem sua familiaridade com o figado; saõ amigas do estamago; lubricaõ o ventre; abstergem, e alimpão as vias da ourina, pouco menos, que os figos seccos, saõ peitoraes, e tem uso grande nos catarros; rouquidões, e asmas de materias frias, e viscosas, porque as ajudão a cozer, e facilitão o escarrar. Para laxar o ventre, se fazem passas purgativas, e laxantes, que saõ unico remedio dos hipochondriacos, e dureiros, cujas receitas propozemos na nossa Medicina Lusitana, no Capitulo da adstricçaõ do ventre. As passas de Uvas azedas, e austeras, saõ frias, e seccas; roboraõ o estamago, constipaõ o ventre, e nutrem menos que as doces; e não servem para os mesmos usos, mas antes para os contrarios. As Uvas podres tem virtude para fazer baixar a purgaçaõ do menstruo, cozem-se em agua, toma-se por baixo o vapor do cozimento quente. As folhas vermelhas de parra seccas, feitas em pó, servem para suspender os froxos de sangue por qualquer parte que seja, o que muitos guardaõ por segredo. Tomaõ-se na quantidade de huma oitava muitos dias, duas ou tres

vezes

vezes em cada hum, em agua cozida com tanchagem, ou destillada della.

CAJÛ.

☞ Cajú. 6 CAjú he fruto do Brasil, quente, e humido, mui succulento, e de bom gosto, não fará danno ainda que se coma com largueza. Serve de remedio aos que saõ adstrictos de ventre por falta de humidade, porque os laxa; e humedece.

PERAS.

Pyra. 7 DAs Peras ha varias differenças, e tem diversa natureza. Humas saõ insipidas, outras austeras, e acerbas, e outras doces. As insipidas saõ frias, e humidas, as austeras, e azedas, saõ frias, e seccas, as doces declinão para calor, e se com a doçura forem aromaticas, como as Peras de cheiro saõ quentes mas porque saõ poucas as Peras doces; por isto se reputaõ por frias, e adstringentes todas as Peras. Ellas saõ flatulentas, causaõ colicas, e inflaçoens de ventre. As que são mui succosas, causão estillicidios, e defluxos, razoens porque as amaldiçoárão os de Salerno,
1. Cap. 39. 1. tendo-as por venenosas quando cruas, e por antidoto dos venenos quando cozidas.

Si Pyra sunt virus, sit maledicta pyrus.
Dum coquis antidotum Pyra sunt, sed cruda venenum.

Nòs cuidamos que os Salernitanos não virão Peras vergamotas, nem virgulosas, nem Peras do Conde, e outras muitas de gracioso sabor, que não fazem danno, senão comendo se com excesso, e para os que tem

saude,

saude, saõ melhores cruas, do que cozidas. He verdade que cozidas, ou assadas, ficão menos flatulentas, e menos humidas, mas tambem ficaõ sem aquella humidade que recrea o palato, e que as faz descer do estamago com facilidade. Cozem-se as Peras facilmente, e nutrem pouco. Saõ amigas do estamago, porque como adstringentes o confortaõ; extinguem a sede: e temperaõ a acrimonia da colera. Saõ boas para os que padecem cursos por laxaçaõ do ventre; principalmente as acerbas, e insipidas, que as doces tem menos adstringencia, com que corroborem. As Peras seccas confortaõ mais, e infundindo-as em vinho algumas horas antes de as comer, ficaõ mais medicinaes para os estamagos fracos. *Virtudes Medicinaes.*

MANGA'BA.

8 HE hum dos mais deliciosos fruttos da America; frio, e humido, mui succoso, e deliciosissimo no gosto; não madura nas arvores, mas caindo dellas, logo amadurece. Em quanto verde he austero, e amargoso, de tal sorte que nem os brutos o comem. He de facil cozimento, e digestaõ depois de maduro, tempera os ardores das entranhas; e he grande remedio dos febricitantes, como em si mesmo experimentou Guilherme Piso, segundo escreve no livro que imprimio das cousas medicinaes do Brasil. *Mangábá.* *Virtudes Medicinaes.*

GUAYABAS.

9 SAõ as Guaiabas fruto do Brasil, frias, e humidas, de bom gosto, ainda que he fruta de arvores sylvestres: e dellas se faz doce mui agradavel. *Guaiaba.*

MARMELLOS.

Citonea. 8 OS Marmellos saõ frios, e seccos; cozem-se com mais difficuldade; que os outros fruttos, e descem de vagar do estamago, por serem àlem de seccos, e crassos, mui adstringentes. Nutrem pouco; mas gera-se delles hum succo, que alegra o coraçaõ, e resiste aos venenos. Delles huns saõ doces, outros acerbos, e azedos; estes mais adstringentes, que aquelles; porem todos em virtude corroborante, com que confortaõ o estamago, e ajudaõ o seu cozimento: saõ remedio em todos os froxos de ventre, ou sejaõ diarrheas, ou dysenterias, e nos vomitos, em que se usa dos Marmellos crús, cozidos, e assados: que de qualquer modo aproveitaõ. O xarope que delles se faz, he excellente para os dittos males. Tem virtude de provocar a ourina, comidos com frequencia; e por isto naõ devem usar delles os que padecerem diabeticas, ou incontinencias de ourina. A agua cozida com Marmello, principalmente galego, he admiravel para os cursos que procedem de relaxaçaõ de estamago, e ventre, usando-a por agua ordinaria.

Virtudes Medicinaes.

O seu oleo applicado no estamago, e ventre, serve para os mesmos usos. Os pôs de Marmello galego secco no forno, saõ remedio com que se tem curado muitos cursos, e vomitos rebeldes. Hum grande remedio para os que costumaõ padecer fluxoens, e inflamações nos olhos, se faz das folhas dos Marmelleiros; haõ de colher-se inteiras na primavera; e guardarem-se em parte que lhe não chegue pô, nem outra cousa com que se iniquem; então cozer huma mancheia dellas em meia canada de agua, e lavar os olhos com ella fria; porque os preserva de que se inflammem, e os livra de

de

algum rubor, se nelles o ha. He remedio que temos experimentado muitas vezes; aprendemolo de Plempio, que o traz mui encarecido na sua *Opthalmographia.* 1. 1. *Lib.* 5.

BACORI,

11 HE fruta do Brasil, do tamanho de marmello; he fria, e humida; tem casca grossa, e por dentro gomos, e caroço; he de bom gosto; mas causa colicas, pela facilidade com com que se corrompe. *Bacori.*

PAQUIHI.

12 TAmbem he fruta do Brasil, do tamanho de laranja; fria, e humida; muito semelhante ao Bacori, de que acima fallamos. *Paquihi.*

PESSEGOS.

Persica.

13 OS Pessegos saõ frios, e humidos; cozemse com facilidade, e nutrem pouco, em quanto verdes; e se detem no estamago, corrompemse brevemente, e causaõ febres podres, e prolixas; por isto se haõ de comer com moderaçaõ, que não encha as veas do seu succo, que por mui fermentescivel, preverte a fermentaçaõ intestina da massa sanguinaria, e excita febres ardentes. Comidos moderadamente não offendem; mas antes excitaõ o appetite de comer, laxão o ventre, ainda que tem alguma adstringencia, por razão da qual saõ bons para o estamago. Dos Pessegos ha varias differenças; entre todos saõ melhores os melacotoens, e os calvos: porque saõ mais duros; tem menos humidade, e por isto se não

corrompem taõ facilmente. Aſſados ficão menos humidos, e mais livres de corrupçaõ. Os Peſſegos ſeccos nutrem muito, mas digerem-ſe tarde. Muita gente lança os Peſſegos em vinho algumas horas antes de as comer, com que entendem que ficaõ correctos da pravidade que nelles conſideraõ. He certo, que do vinho ſe lhe communica a parte mais ſubtil, que em ſi recebem, por ſerem poroſos, com que ſe emenda a ſua flatulencia, e ſe evita o danno que ſe teme da ſua muita humidade.

Virtudes Medicinaes Das amendoas que ſe achaõ dentro dos caroços dos Peſſegos, ſe faz hum oleo, que he quente, e ſecco, e util para os tenidos dos ouvidos, e para a ſurdez, e para naſcer o cabello nos lugares depilados; para conciliar ſono, para a pedra dos rins; tomando-o em ejudas, ou pela bocca, na quantidade de quatro onças. E da flor do Peſſegueiro ſe faz hum xarope, que purga ſuaviſſimente. As ſuas folhas ſaõ boas para as lombrigas, pizando-as, e pondo-as por empraſto no ventre; com loſna, ortelã, artemige; tudo pizado, lançando-lhe humas pingas de vinagre forte, e huns pós de ferrugem, para fazer empraſto. Os pós das meſmas folhas, tomados huns dias em agua de beldroegas, ou em qualquer outra couſa, tambem mataõ as lombrigas. As amendoas dos ſeus caroços preſervaõ da temulencia, comendo ſeis, ou ſette antes de beber vinho.

DAMASCOS.

Perſica. America.

14 OS Damaſcos ſaõ huma eſpecie de peſſegos, que merecem lembrança particular. Saõ frios, e humidos, ainda que o povo os tem por quentes, pelas febres, e outros dannos que cauſaõ, entendendo, que ſó os póde fazer o calor; ſendo aſſim, que

os

os males; que delles nascem, he por se corromperem facilmente, por causa da sua muita humidade; com que saõ entre os pessegos, como os figos lampãos entre os figos. Comendo muitos, corrompem-se, e causaõ febres podres, colicas, flatulencias, e outros dannos. Se se comem com moderaçaõ, raras vezes offendem, e fazem a utilidade de laxar o ventre. Em doce saõ muito bons, e não se corrompem com facilidade. Das amendoas dos caroços dos Damascos, se tira por expressaõ hum oleo de muita entidade para almorreimas inflammadas, para dores de ouvidos, e para os tumores das chagas: e bebido na quantidade de cinco onças, he bom para dores de colica, e para lançar as pedras, e areas dos rins.

Virtudes Medicinaes

FRUTAS NOVAS.

15 AS frutas novas saõ frias, e humidas, como os damascos; maduraõ no mesmo tempo que elles; mas não se corrompem taõ facilmente, porque saõ mais duras, e tem menos humidade. Saõ huma especie de pessegos precozes, ou temporãos. Comidas com excesso, fazem os mesmos dannos, que os damascos, usadas com moderaçaõ, laxaõ o ventre, sem fazer offensa. Em doce saõ excellentes; e ficaõ mais livres de se corromperem.

Fructus novi.

Virtudes Medicinaes

JOAZES.

16 ESte frutto he do Brasil, muito semelhante às frutas novas, he frio, e humido, mui delicioso, se se come com excesso, causa colicas, e indigestões, porque a sua muita humidade o faz corromper facilmente.

Joazes.

MAÇANS.

Poma. 17 DAs maçãs ha grande variedade; porque humas ſaõ doces, outras, ſaõ azedas; e outras auſteras, e, acerbas. As doces ſaõ temperadas no calor, e ſaõ humidas. As azedas, e acerbas ſaõ frias, e ſeccas. Todas ſaõ flatulentas, porèm as azedas muito mais, que as doces. Humas, e outras ſe cozem mal,
1\. e nutrem pouco. As doces no ſentir de Celſo, 1. ſaõ
Lib. de med. alimento de bom ſucco; e pelo contrario as azedas. Entre eſtas as melhor ſaõ os verdeaes, e entre as doces, as camoezas, e ſaõ as peiores as Maçans de craveiro; que em outras terras ſe chamaõ malapias: porque ſe corrompem com grande facilidade, e cauſaõ febres podres; de tal ſorte em Traz os-montes, onde ha muitas, o meſmo he dizer malapias, que maleitas. Todas as Maçans comidas em grande quantidade, offendem os nervos, e cauſaõ dores de juntas. Das ca-
Virtudes Medicinaes moezas ſe faz hum xarope util para os melancolicos, para os quaes ſe preparaõ tambem camoezadas ou, conſervas de camoezas purgativas.

JABOTICABAS.

☞ *Jabo-ticabæ.* 18 HE fruto do Sertaõ no Braſil; he quente, e ſecco: da-ſe no tronco das arvores, que o produzem, deſde baixo, atè todo acima. He de bom goſto.

ROMANS.

Granata. 19 AS Romans, aſſim como as maçans humas ſaõ doces, outras azedas, e bicaes outras. As doces, ſaõ quentes, e humidas, mas mais hu-

humidas, que quentes. As outras, saõ frias, e secas; *Virtudes Medicinaes*
e todas tem virtude adstringente, com que se fazem uteis aos estamagos relaxados, e nauseantes; aproveitaõ nos cursos, de qualquer cousa que sejaõ, pelo que corroboraõ; e nos biliosos, porque temperaõ a acrimonia, e mordacidade da colera, principalmente as bicaes. Todas as Romans saõ de bom succo, mas nutrem pouco. As bicaes, e azedas saõ convenientes nas febres, em que tambem cada dia vemos usar as doces, preferindo-as âs outras, humas vezes será por ignorancia, outras por complacencia; sendo assim, que as doces tem partes quentes, e estuantes; e sem embargo de laxarem o ventre, ainda que tenhaõ sua adstringencia, naõ se devem conceder nas febres biliosas, nem nas naturezas quentes, e intemperadas, por calor; que se offenderáõ comellas. Que sejaõ estuantes, disse expressamente Hippocrates 1. por estas palavras: *Mali punici dulcis succus, alvum movet; habet tamen quid æstuosum.* Que se naõ devaõ usar nas febres, aconselha Dioscorides, 2. dizendo: *Dulcia stomacho utilora habentur, sed aliquantulum in eo calorem gignunt, inflationes pariunt, unde in febre abdicantur.* Mais claramente Avicenna: 3. *Granatum Muzum confert febribus acutis, & inflammationibus stomachi, sed dulce multoties nocet acutas habentibus febres.* As Romans tambem saõ laxativas, mas he maior a sua virtude adstringente, que a laxante.

1. *Libro 2. de diæt.*

2. *Libro 1. Cap. 127.*

3. *2. Can. tr. 2. c. 320.*

Dellas se faz hum xarope util para os froxos de ventre, e para vomitos. A flor da Romam brava, tem grande virtude adstringente; assim como a casca de todas ellas; e cosidas em vinho vermelho faz-se hum bom remedio para confortar as gingivas, e firmar os dentes, que por laxaçaõ dellas estaõ vacillantes. Os pòs dos caroços das Romans azedas, saõ bons para os froxos de ventre, e para as purgaçons brancas das

mulheres; haõ de ſeccarſe no forno, e tomarſe muitos dias, na quantidade de duas oitavas.

MARACUJA'

Maracujá

20 HE delicioſo fruto do Braſil, de que ha duas eſpecies; *Maracujá-guaſſú, e Maracujamerim*. Que he o meſmo que dizer grande, qual he o *guaſſú*, e pequeno, que he o *merim*; ſaõ frios, e humidos, e muito aromaticos. A' ſua polpa refrigera inſignemente; e he de grande conſolaçaõ aos febricitantes; tendo a circunſtancia de que ainda que ſe tome em grande quantidade, nunca offende, conforme eſcreve Guilherme Piſo.

Virtudes Medicinaes

AMEIXAS.

Pruna.

21 AS Ameixas ſaõ frias, e humidas, e flatulentas; cozem-ſe com facilidade, e nutrem pouco. Laxaõ o ventre; corrompem-ſe facilmente, por cuja cauſa, de comer muitas, naſcem febres podres, diarrheas, e dyſenterias; o que mais certamente acontece, quando ſe comem mal maduras. Naõ devem uſar dellas as peſſoas, que tiverem o eſtamago debil, frio, e humido; nem os velhos, que forem mui cheios de fleumas. E ſaõ mais proprias para os moços, e para temperamentos colericos, e ſanguineos. As ſeccas naõ offendem o eſtamago, nem ſe corropem com facilidade, e ſempre laxaõ o ventre, para o que ſe devem lançar em agua algumas horas: porque com a humidade da agua, ſe abranda a dureza, e ſeccura dellas.

Das Ameixas ha varias differenças; as melhores ſaõ as reinoes, as ſeragoçanas negras, as damacenas, ou abrunhos de Rey, e os outros abrunhos, e as reinoes

fl. 340 §.3 os mesmos damnos
de vinho – mattal –
nho de Maria – Rainha –
tudo – he remedio – fria, particul.
zaõ da flor – nervos, e serve –
de humores –, e massa do Sangue –
– dem do estomago – em Caldo de –

noes de cal, que em Traz os montes chamaõ *endrinas*. As ſaragoçanas brancas, e as maes, que naõ forem negras, ſaõ menos boas; porque ſe corrompem com mais facilidade, de que ſe originaõ febres, e outros danos. As Ameixas doces ſaõ menos flatulentas, e ſempre laxantes. Das Ameixas ſe faz o electuario *diapruno*, que tem virtude purgante. E as meſmas Ameixas fervidas em cozimento de ſene bem vigorado, atè ficar como calda de Ameixas doces, ſaõ purgativas, e excellentes para os hipocondriacos, e para peſſoas conſtipadas do ventre, que as pòdem tomar cada quatro dias, comque andaràõ lubricos, e brandos, para o que baſtará, que comaõ oito, ou dez Ameixas, com alguma calda. *Virtudes Medicinaes.*

CAJA'S.

Cajás.

22 ACha-ſe eſta fruta no Braſil; he fruta de caroço como ameixas pequenas; he fria, e ſecca, adſtringente, e de bom goſto; conforta o eſtamago, e ventre; he boa para curſos de relaxaçaõ. *Virtudes Medicinaes*

CEREJAS.

23 AS Cerejas ſaõ frias, e humidas, e de facil cozimento, e pouca nutriçaõ; ſe ſe dilataõ muito no eſtamago, corrompem-ſe, e cauſaõ febres, e colicas. Saõ flatulentas; e fazem muito eſtillicido, com a muita humidade que tem. *Ceraſa.*

Das Cerejas ha muitas differenças: porque humas ſaõ doces, outras azedas; humas vermelhas, outras negras; humas pequenas, outras grandes; humas molles, outras duras. As melhores ſaõ as grandes, vermelhas, e duras, a que chamaõ de ſaco: porque ſobre ſerem de melhor goſto, laxaõ o ventre, como fa-

fazem todas, e naõ se corrompem tanto, como as molles. As azedas saõ mais frias, e menos humidas, corrompem-se mais difficultosamente que todas. As outras, saõ menos laxativas, e mais adstringentes. As seccas, saõ menos flatulentas; e saõ boas para os ardores de ourina, sendo doçaes. A agua cozida com ellas he boa para beberem de ordinario os que padecem dysurias. Das negras se destilla huma agua de virtude anti-epileptica, e por isto tem grande uso nos espasmos, e convulsoens, nos accidentes de gota-coral, e nas vertigens. A mesma virtude tem o espirito, que dellas se tira; nas parlezias da lingua he excellente, assim tomando sette, atè dez, ou doze pingas delle, em tintura de chá, como usando o nos gargarejos, que se applicarem. Dos caroços das Cerejas se tira por expressaõ hum oleo de grande virtude para tirar as nodoas, e sardas dorosto.

Virtudes Medicinaes

GODOMIXAMES.

Godomixames.

24 HA na America hum frutto a que chamaõ *Godomixames*, que saõ humas cerejas meudas, semelhantes às nossas; saõ frias, e seccas, e adstringentes; tem bom sabor, e ainda, que se comaõ muitas, naõ laxaõ o ventre, nem causaõ colicas, pela sua adstricçaõ.

GINJAS.

Cerasa accida.

25 AS Ginjas humas saõ garrafaes, outras galegas; aquellas saõ frias, e humidas; estas saõ frias, e seccas. As garrafaes saõ doces, tem muita polpa, e saõ de melhor gosto; cozem-se bem no estamago, e laxaõ o ventre; nutrem pouco; e corrompem-se facilmente. As galegas saõ azedas, e adstringentes,

gentes, naõ se corrompem com tanta facilidade; saõ amigas do estamago, constipaõ o ventre; temperaõ o calor das entranhas, modificaõ a acrimonia de colera; e saõ para a saude taõ boas, como as garrafaes para o gosto. Humas, e outras, nutrem pouco, as galegas menos, e saõ flatulentas. As seccas saõ mais adstringentes, e menos flatu'entas. As Ginjas naõ se devem dar a pessoas debilitadas de estamago, nem achacadas de flatos, principalmente se forem de idade provecta; e saõ proprias para os moços robustos de estamogo, e de temperamento quente. Saõ de muita utilidade nas febres colicas: porque temperaõ o ardor da colera, e o fervor do sangue. Agua destilada de Ginjas galegas, he excellente para os olhos inflammados, porque tempera o calor da inflammaçaõ, reprime o impeto das fluxoens, e conforta os olhos com a adstringencia que tem. *Virtudes Medicinaes*

AMO'RAS.

26 AS Amóras saõ hum pouco frias, muito humidas, e algum tanto adstringentes, ainda que Hippocrates 1. as teve por quentes, como teve tambem as peras, que saõ frias como em seu lugar dissemos. Cozem se, e destribuem-se facilmente; nutrem pouco; laxaõ o ventre; sem embargo de terem sua adstricçaõ; o que fazem assim pela lubricidade da sua sustancia, como por terem algumas partes acres, com que irritaõ as fibras dos intestinos para as dejecçoens; provocaõ a ourina; e saõ boas para naturezas quentes, e biliosas, em que Galeno as prefere às ameixas. As Amóras de silua saõ mais adstringentes, fazem dores de cabeça. Galeno diz, que humas, e outras se lavem para se haverem de comer. Das Amóras se faz hum arrobe, que he bom para as *Mora.* *Fraga.*

1. *Lib. 2. de diæt.*

esqui-

esquinencias. As folhas da Amoreira feitas em pó, tem virtude para as sezoens. A casca da sua raiz, he boa para os froxos de sange; ou bebendo a agua cozida com ella, ou tomando-a em pòs. Os pós das Amóras verdes, principalmente de silva, saõ bons para os cursos, e vomitos, pela muita adstringencia que tem. O cozimento das folhas, e casca da Amoreira, he bom para as dores de dentes. Horacio louvou as Amóras colhidas sem Sol, quando disse:

Virtudes Medicinaes

— — — — — — — — Ille salubres
Æstates peraget, nigris quiprandia moris
Finiat, ante gravem quæ legerat arbore solem

PITANGAS.

Pitangas.

27 ESte fruto he Americano, e póde numerar-se entre as ameixas, ou cerejas. He quente, e mui succulento, mas de gosto sub-amaro, e adstringente. Celebre, e delicioso lhe chama Piso; he de grande utilidade na fraqueza do estamago, a que corrobora; discute os flatos, e reprime as nauseas, e vomitos.

Virtudes Medicinaes

CIDRA.

Malum Citrium.

28 A Cidra he hum frutto todo medicamentoso, cordeal, e estomatico; naõ tem parte innutil. A sua casca exterior he quente, e secca, a casca de dentro he fria, e secca; a polpa he fria, e humida; as pevides saõ como a casca de fóra, seccas, e quentes. Da casca de fóra se faz aquelle doce a que chamaõ casquinha, e do interior da casca, o Cidraõ, que he o Principe dos doces; mas he indigesto, e quer estamago forte, que o possa cozer, e digerir; nutre muito; a casquinha ainda he mais indigesta, que o Ci-

draõ,

draõ, e nutre menos. O azedo da Cidra he cousa mui cordeal, util para os flatos melancolicos, e do utero, para febres podres, e malignas. As pevidas tem virtudes alexipharmaca, por isso se dá a beber nas febres malignas a agua cozida com ellas; e finalmente toda a Cidra he hum contra veneno. Refere Atheneo, que no Egypto foraõ lançados às feras huns homens condenados á morte; e sendo mordidos dos aspides, e de outros animaes venenosos, elles se naõ offenderaõ do veneno, porque haviaõ comido huma Cidra, que huma mulher, compadecida delles, lhe dera; o que se confirma com outra historia de hum homem, que agonizando já com o veneno de huma vibora, que o havia mordido, comendo huma Cidra, livrou da morte; cujo cazo se póde ver em Mangeto, no *Tomo 2. da sua Bibliotheca Pharmaceutic*, *fol.* 203. *Virtudes Medicinaes*

Da casca secca da Cidra se faz hum xarópe de virtude cardiaca, e corroborante de estamago; he bom para os que padecem debilidade das entranhas por falta de calor. Do azedo da Cidra se faz outro xarópe excellente para febres ardentes, e malignas; e para o depravado appetite das prenhadas, para o que serve tambem a Cidra, comendo-a verde. Tambem da Cidra se tira o espirito, e se prepara a essencia, assim liquida, como secca; e saõ remedios de virtude cardiaca, e alexipharmaca.

LARANJAS DA CHINA.

29 DAs Laranjas ha varias differenças; ha Laranjas da China, Laranjas bicaes, e Laranjas azedas. As da China depois de maduras, saõ frias, e seccas. Geraõ muito estillicidio, pela muita humidade, que tem; excitaõ fervor na massa do sangue; *Aurantia.*

cau-

causaõ proidos, e comichoens, ardores de ourina, tosses, e esquinencias; principalmente se se comerem antes de estarem perfeitamente maduras; poristo se naõ devem comer se naõ de Mayo por diante; e sempre em moderada quantidade. A sua casca he quente, e

Virtudes Medicinaes. secca; e tem virtude de confortar o estamago, e virtude cardiaca, quasi como a da cidra. Da sua flor se faz a florada, quo he doce de suauissimo gosto, e util para estamagos fracos por falta de calor.

Da casca secca se fazem pós, que se usaõ para os cozimentos do estamago, e para flatos; para o què serve tambem o cozimento da casca secca, a que nòs algumas vezes ajuntamos humas folhas de chá. As raspaduras, ou pó da cuticula extrerior das Laranjas da China tem virtude para os ardores de ourina. As mesmas Laranjas comidas saõ boas para os que padecem escorbuto: *Mala aurantia* (diz Mangeto) *Scorbutosanando efficacissima esse perhibentur, ut quidam etiam solo esu crudorum diuturno percurentur.*

LARANJAS AZEDAS.

Aurãtia acida. 30 AS Laranjas azedas saõ frias, e seccas; saõ boas para naturezas quentes, e biliosas: porque temperaõ o ardor do estamago, mitigaõ a sede, e modificaõ o amargor da colera; poristo tem tanto uso nos fastios, e nas intemperanças de entranhas, que ficaõ depois de febres colericas, e ardentes. A sua casca he quente, e secca. De toda a La-

Virtudes Medicinaes ranja azeda cortada em rodas, com a casca; ou só da casca, se faz hum cozimento em agua, a qual, tomando meio quartilho de manhã, e outro meio de tarde, cura em poucos dias os froxos de sangue uterinos admiravelmente. He remedio de Septalio, que se póde ver nas suas obras, e quem as naõ tiver, em Rivè-

rio

rio 1. As Laranjas azedas comidas com as pevides, preſervaõ de pedra, ſe he certo o que eſcreve Curvo. 2.

1. Cap. de flux. menſ. immodic.

2. Polyãt. tr. 2. Cap. 83.

LARANJAS DOCES.

Aurantia dulcia.

31 AS Laranjas doces ſaõ quentes, e humidas; laxaõ o ventre, tomando-as pelas manhãs com aſſucar; cauſaõ defluxos de eſtillicidios, comendo-ſe muitas: porque tem muita humidade, que enche os vaſos de ſoro, e de limpha de que naſcem as fluxoens.

Virtudes Medicinaes

LARANJAS BICAES.

Aurantia dulcacida.

32 AS Laranjas bicaes participaõ do doce, e do azedo; ſaõ temperadas, em quanto às primeiras qualidades, e ſaõ humidas. Comidas com exceſſo, cauſaõ eſtillicidios. Tem virtude de temperar o ſangue melancolico aduſto, e de moderar o fervor da colera; laxaõ o ventre; e excitaõ o appetite de comer.

Virtudes Medicinaes

TORANJAS, OU AZAMBOAS.

Adanpoma.

33 AS Toranjas ſaõ humas eſpecie de cidra, de que ſe naõ uſa, ſenaõ em condimento, que da ſua caſca ſe faz. A caſca he quente, e ſeca; tempera-ſe em conſerva com mel, que ſobre ſer de bom goſto, he util aos que padecem fraquezas de eſtamago, flatos, e indigeſtoens. O interior da Toranja he frio, e ſeco.

Virtudes Medicinaes

LIMAS, E LIMOENS DOCES.

Mala Limonia dulcia.

34 OS Limoens, e Limas doces saõ frios, e humidos; laxaõ o ventre, refrigeraõ as entranhas, temperaõ a acrimonia da colera, e mitigaõ a sede; saõ flatulentos, como he toda a frutta humida, e comendo-se com excesso, causaõ estillicidios, mas naõ tanto como as laranjas; assim porque tem menos succo, que ellas, como porque o succo das laranjas, tem huma agudeza, e crimonia, que inquieta as fibras, e excita fermentaçoens nos humores a que se communica; o que se naõ acha no dos Limoens.

Virtudes Medicinaes

LIMAS, E LIMOENS AZEDOS.

Limonia acida.

35 OS Limoens, e Limas azedas, saõ frios, e seccos; o seu sumo refresca muito, e he contra a prodridaõ; e he grande remedio nas febres podres, e ardentes, nas malignas, em que prevalecerem humores lixiviaes, e biliosos; nos vomitos, e cursos de calor; nas febres de lombrigas, as quaes mata, e afugenta. Alimonada de neve, he excellente nas febres continentes, nas biliosas, e ardentes; nas colicas, e froxos de ventre procedidas de humores colericos. As cascas dos Limoens saõ quentes, e seccas, e aromaticas; o vinho fervido com ellas seccas, he bom para as fraquezas de estamago falto de calor. O summo de Limaõ azedo, he efficacissimo em desfazer a pedra, e a réas dos rins, e em as excluir, pela virtude que tem de dissolver, e alimpar. Do mesmo sumo se faz xarope de grande virtude para refrigerar as entranhas nas febres ardentes, para temperar a estuaçaõ da colera, e para os vomitos, e soluços que se

Virtudes Medicinaes

ſe achaõ nas dittas febres; e tambem para a pedra, e obſtrucçoens dos rins.

JANIPAPOS.

Janipàpo

36 JAnipápos ſaõ fruttos do Braſil, do tamanho de limoens; ſaõ frios, e humidos; doces, çumarentos, e de bom goſto.

MAC,ANS DA NAFEGA.

Syziphum.

37 AS Maçans da nafega ſaõ quentes, e humidas; cozem-ſe, e digerem-ſe com difficuldade, e nutrem pouco. Comidas com exceſſo, fazem febres, proidos, comichoens, colicas, curſos, e teneſmos. Galeno diſſe, que lhe naõ achava cauſa porque foſſem uteis à ſaude; mas naõ ha duvida em que ellas ſaõ peitoraes, e que aproveitaõ nas toſſes, e rouquidoens, e nos defluxos ao peito; e que mitigaõ as dores dos rins, e bexiga, e os ardores de ourina, como affirmaõ os Eſcrittores depois de Galeno, e o uſo dellas nos tem enſinado. Veja ſe Mangeto no *Tomo 2. da Bibiotheca Pharmaceutica, fol. 63.* *Virtudes Medicinaes*

MEDRONHOS.

Unedo.

38 OS Medronhos ſaõ frios, e ſeccos; cozem-ſe, e deſtribuem-ſe mal; offendem o eſtamago, e cauſaõ dores de cabeça. Feitos em conſerva, ou calda com mel, tem virtude alexipharmaca contra a peſte; a qual virtude ſe acha tambem na agua deſtillada das folhas do Medronheiro. *Virtudes Medicinaes.*

SORVAS.

Sorbæ.

39 AS Sorvas saõ frias, e seccas, e grandemente adstrictivas; principalmente as verdes; cozem-se com difficuldade, naõ estando maduras, e nutrem pouco. Confortaõ o estamago, suspendem os froxos de ventre, mas haõ de ser verdes, ou mal maduras, que depois de molles, perdem a austeridade, e adstringencia, que tem quando verdes. Dellas se faz xarope util para os dittos froxos.

Virtudes Medicinaes

ARAÇA.

Araça-miri,

40 HA no Brasil huma arvore, a que chamaõ *Araça-Iba*, que dà huns fruttos como ameixas, ou nespera, a que os naturaes daõ o nome de *Araçá miri*, e *Araçá-guaçu*; saõ de bom gosto, doces, e odoriferos; e sem embargo de que Guilherme Piso os louve para refrigerar, nós os temos porquentes, qualidade propria da docura, e fragrancia. Comidos crús saõ de melhor gosto, doque cozidos. Tem virtude adstringente, e corroborante, com que confortaõ o estamago, e ventre.

Virtudes Medicinaes

NESPERAS.

Mespila.

41 SAõ as Nesperas frias, e seccas como as sorvas, e mais adstringentes, que ellas, como mostra o seu sabor acerbo, que he maior que a austeridade das sorvas. Cozem-se mal, daõ pouca nutriçaõ. Verdes, e mal maduras, tem virtude de confortar o estamago, e ventre, e cobir os seus fluxos. Os pós dos caroços das Nesperas, saõ excellentes para quebrar, e expellir as pedras, e arèas dos rins; ha de

Virtudes Medicinaes

de tomar-se huma oitava delles repetidas vezes. A agua em que fervem quatro, ou cinco Nesperas maduras, he boa para corroborar o estamago relaxado.

TAMARAS.

42 AS Tamaras saõ quentes, e seccas, adstringentes cozem-se difficultosamente, e destribuem-se mal; nutrem mais que outros fruttos, geraõ-se dellas humores crassos, e lentos, que causaõ obstrucçoens. Tem propriedade para causar dores de cabeça, e de almorreimas, e para excitar estimulos libidinosos. Os pòs dos seus caroços tem virtude para quebrar, e excluir as pedras, e arèas dos rins.

Dactyli

Virtudes Medicinaes

PALMITOS.

43 PAlmitos chamaõ no Brasil aos olhos, e pontas mais altas das palmeiras, de que fazem varios pratos de bom gosto. Comidos com excesso, causaõ colicas, indigestões, e froxos de ventre. Saõ de temperamento frio, e humido.

Palmarum summitates.

AZEITONAS.

44 AS Azeitonas humas saõ verdes, outras negras, e maduras; aquellas saõ frias, e seccas, e destringentes; cozem-se mal no estamago, e naõ nutrem muito; comidas com moderaçaõ offendem pouco; confortaõ o estamago com a sua grande adstricçaõ, e excitaõ o appetite de comer. As maduras saõ quentes, e humidas; tambem de difficil cozimento, e de pouca nutricçaõ. Geraõ-se dellas humores melancolicos; causaõ fluxoens de estilicidio; laxaõ o ventre, relaxaõ o estamago com a sua oleosidade.

Virtudes Medicinaes

ANANAZES.

45 OS Ananazes ſaõ fruttos do Braſil; ſaõ quentes, e humidos; cozem-ſe com facilidade, mas ſaõ mui flatulentos; e pela ſua muita humidade cauſariaõ defluxoens de eſtilicidios, e encheriaõ os vaſos da lympha: ſe naõ foſſem taõ diureticos, que naõ buſcaſſem logo as vias da ourina, por onde o ſeu çumo tem ſaida.

Ananaſ.

Tem os Ananazes virtude de desfazer as pedras, e arêas dos rins, e de as lançar fora por ourina; ſaõ uteis nas ſuppreſſoens della; e tem huma tal virtude de gaſtar as couſas a que ſe chegaõ, que em pouco tempo gaſtaõ o ferro das facas, com que frequentemente ſe cortaõ, ou que metidas nelles ſe deixaõ; porque dentro de dez ou doze horas as desfazem, ſe he certo o que eſcreve Acoſta, e Linſchotano. E ainda que iſto ſeja encarecimento, naõ ha duvida em que elles tem grande virtude corroſiva, por cuja cauſa diſſe Boncio, que antes de ſe comerem os Ananazes, ſe deviaõ lançar algumas horas em vinho, ou em agua, para lhe tirar algumas partes corrodentes com que fazem chagas na bocca, e cauſaõ dyſenterias, principalmente ſe os Ananazes naõ forem maduros, como eſcreueo Guilherme Piſo no livro das couſas da America, que fallando deſte frutto diz as ſeguintes palavras: *Adeò corrodendi qualitate pollet, ut non tantum linguam, & palatum ſauciet, ſed & in cultro quo ſecatur, mordacitatis veſtigia relinquat, idque intenſius, ſi non probe maturus fuerit.*

Virtudes Medicinaes

☞

C A-

CAPITULO XVII.

Dos Fruttos lignosos.

AMENDOAS.

1 AS Amendoas doces ſaõ moderadamente calidas, e hum pouco humidas, com huma humidade pingue, e oleoſa. Depois que ſe fazem rançolas ſaõ quentes. Cozem-ſe com difficuldade, daõ bom ſucco, e nutrem baſtantemente, ainda que Galeno diga o contrario. Comendo-ſe com exceſſo enjoaõ, e relaxaõ o eſtamago com a ſua oleoſidade. O que naõ fazem torradas, porque ficaõ menos unctuoſas. Comidas com moderaçaõ, fazem muita utilidade: porque ſaõ attenuantes, e detergentes, movem a ourina, lubricaõ o ventre; facilitaõ o eſcarrar nas aſmas, nas toſſes, e nas rouquidoens, livrando o boſe da ſuffocaçaõ, que lhe cauſaõ os humores, que lhe occupaõ os ſeus bronchios; augmentaõ a genitura, e conciliaõ ſono. Dellas ſe fazem amendoadas, que aproveitam muito nas toſſes ſeccas, e convulſivas. O ſeu oleo he bom para os eſpamos, e convulſoens, e para abrandar as materias, e apoſtemas endurecidos; para as dores de ouvidos, por cauſa de reſiccaçaõ; e para todos os maes caſos, em que ſeja neceſſario demulcir, reſolver, e abrandar. As Amendoas amargoſas, como naõ entraõ nos alimentos, parece que naõ tem lugar neſta obra. Ellas ſaõ quentes, e ſeccas, aperitivas, e detergentes, e tem muitos uſos medicinaes, O ſeu oleo ſerve para os achaques do utero; tomando pela bocca, faz lançar as pareas; provoca a ourina. he bom nos zunidos dos ouvidos, e na ſurdez, nas colicas de flato, e de cauſa fria; nas dores de jun-

Amygdalæ.

Virtudes Medicinaes

tas, e de ouvidos de ſemelhante cauſa.

NOZES.

Nuces juglandes. 2 AS Nozes ſaõ quentes, e ſeccas; cozem-ſe mal, e nutrem pouco. Dellas ſe geraõ humores biliosos. Offendem o eſtamago, e o bofe cauſaõ dores de cabeça; e comendo-ſe com exceſſo cauſaõ febres colicas, e teneſmos; principalmente, ſe forem rancidas, porque tem mais calor, e menos humidade. Uſadas com moderaçaõ fazem bem aos eſtamagos humidos, expellem as lombrigas, reſiſtem aos venenos. Das Nozes verdes, quando ainda naõ eſtá bem formada, e endurceida a caſca, ſe faz huma conſerva com mel, que he de agradavel ſabor, e boa para os eſtamagos faltos de calor. O ſeu oleo he bom remedio nas colicas flatulentas, nas gretas dos peitos das mulheres, e nas contuſoens, e puncturas de nervos. He commum conſelho dos Dietarios, que ſu uſe de Nozes quando ſe comer peixe; porque o peixe he frio, e humido, e géraõ-ſe delle humores fleumaticos, que facilmente ſe conrompem, o que ſe pòde evitar com o calor, e ſeccura das Nozes; por iſto ſe diz na Eſcola de Salerno, que ſe uſe de Nozes de pois de comer peixe:

Vertudes Medicinaes

Poſt piſces nux ſit, poſt carnes caſeus eſto.

Tem as Nozes virtudes com que reſiſtem aos venenos, e por iſto as recomendaõ nas peſtes, comendo-as torradas, ou miſturadas com figos ſeccos, e arruda, e ſal. Tambem ſaõ boas para fazer baixar os mezes, lançando-as de molho em agua, atè que abrande, de ſorte que lhe poſſa tirar, a caſca interior, e eſtando ſem ella, ſe infundaõ dois dias, e duas noites em agua ardente; e déz dias antes que baixe o menſtruo, ſe comaõ duas, ou tres Nozes deſtas em jejum. A caſca inte-

interior das Nozes, e a membrana que entre ellas se acha; feitas em pò, e bebidas em vinho, na quantidade de meia oitava, he grande remedio para dores de colica de causa fria. A agua que dellas verdes se destilla, tem virtude alexipharmaca, e corroborante. Das suas raizes verdes, arrancadas em Fevereiro, e Março, e furada, destilla hum licor util para as dores de gota artherica, e cabeça, segundo diz Bartholino 1. 1. *Centur.* 3. *histor.* 67.
Este mesmo summo tirado, e esprimido da raiz em qualquer tempo, posto huma só noite no escroto, que he a bolça dos testiculos, faz negros os cabelos da cabeça, que a idade tem feito brancos, e duraõ negros hum anno, se he certo o que escreve Henrique de Hecr. 2. O arrobe das Nozes, que se compoem das suas cascas verdes, com assucar, he muito bom nos catarros, ou rouquidoens de estillicidios tenues, e delgados, nas esquinencias. 2. *Lib.* 1. *obs.* 16.

AVELANS.

3 AS Avelans saõ quentes, e seccas, e menos oleosas, que as nozes, mais duras, e de mais difficil cozimento, que ellas; nutrem pouco; saõ flatulentas. Comidas com largueza, offendem o estamago, porque saõ oleosas; causaõ vomitos, dores de cabeça, dysenterias, e colicas. Comendo-se moderadamente, naõ offendem; e saõ uteis nos catarros, e tosses de causa fria, porque ajudaõ a expectoraçaõ das materias, que occupaõ o peito. Tem grande virtude para queixas nephriticas, e usadas no principio da mesa, preservaõ de que se gerem pedras, segundo o que escrevem os Praticos. Dellas se faz hum oleo, que he bom para tosses antigas, para colicas flatulentas, e para o tinido dos ouvidos, para contusoeas; e picaduras de nervos. *Nuces. Avellanæ.* *Virtudes Medicinaes*

PINHOENS.

Strobili. 4 OS Pinhoens ſaõ quentes, e humidos; cozem-ſe com dificuldade, daõ hum ſucco craſſo, que nutre muito; mas mordicaõ o eſtamago, ſe naõ lançaõ algum tempo em agua quente. Se ſe comem com exceſſo, aquentaõ, e fazem ferver vicioſamente a maſſa do ſangue; cauſaõ febres, comichoens, eſquinencias, curſos, e teneſmos. Comendo-ſe com moderaçaõ nenhum danno cauſaõ, mas antes detergem, humedecem, impinguaõ, e refazem as peſſoas emmaciadas, e por iſto os louvaõ commummente os Praticos para os tabidos, e tuſſiculoſos. Augmentaõ o leite às mulheres, que criaõ; fazem creſcer a materia ſeminal, e eſtimulaõ a natureza para os actos libidinoſos; tem propriedade para aproveitarem na parlezia, o que naõ quer Mercado, que por pingues, e oleoſos os reprova neſte achaque; ſaõ uteis nos achaques dos rins, e da bexiga, como ſaõ a diſuria, eſtranguria; e na acrimonia da ourina, cuja mordacidade temperaõ, e dulcificaõ; retem a ourina, que involuntariamente ſe larga.

Virtudes Medicinaes

COCO.

Nux Indica. 5 O Coco tambem ſe devem numerar entre os fruttos lignoſos. He quente, e humido, quando novo; depois de velho, he quente, e ſecco. Coze-ſe mal, e enfada o eſtamago; mas gera-ſe delle hum ſucco de boa natureza, que nutrem muito bem. Se ſe comer com exceſſo, offenderá como os mais frurttos da ſua natureza; mas uſando-ſe com modo, conduz para impinguar o corpo; ajuda os eſtamagos faltos de calor, e acreccenta a materia ſeminal.

Ha

Ha de comer-ſe ſem acaſca interior da ſuſtancia do Coco, porque he indigeſtivel. Delle ſe tira por expreſſaõ hum oleo de grande efficacia para dores de almorreimas. *Virtudes Medicinaes*

CASTANHAS.

6 AS Caſtanhas naõ ſaõ frias, nem quentes; ſaõ ſeccas, e nas primeiras qualidades declinaõ para calor. Cozem-ſe muito mal no eſtamago, ſaõ indigeſtas, e flatulentas, mas nutrem copioſiſſimamente. Cauſaõ inflaçoens do eſtamago, e ventre, colicas flatulentas, e conſtipaõ o ventre. Dizem que a ſua flatulencia ſe emenda cozendo-as com erua doce: mas o certo he que à ellas nada ſe lhe communica da erva doce. Aſſadas, ou cozidas ſem caſca, ſaõ menos flatuoſas, porèm ficaõ com menos goſto. As ſeccas ſaõ mais indigeſtas, nutrem menos. A caſca interior das Caſtanhas tem grande virtude adſtringente, e feitas em pò, ſaõ remedio para os froxos do ventre. *Caſtaneæ* *Virtudes Medicinaes*

BELOTAS.

7 SAõ as Belotas, frias, e ſeccas; cozem-ſe difficultoſamenta, e digerem-ſe mal, porém nutrem muito, ainda que naõ tanto como as caſtanhas. Saõ flatulentas, e comidas com exceſſo, cauſaõ colicas, dores de eſtamago, e vertigens. Antigamente naõ eraõ alimento dos homens, e diz Galeno, que no ſeu tempo, em huma grande falta de paõ, as começaraõ a comer, e que atè entaõ ſerviaõ de nutrir os porcos, de que hoje ſervem. Dellas ſe eſcreve, que tem virtude para ſuſpender os fluxos do ventre, e os eſcarros de ſangue, a qual ſe acha particularmente na caſca, mais que na medulla. *Glandes* *Virtudes Medicinaes*

ALFARROBAS.

Siliquæ 8 AS Alfarrobas ſaõ frias, e ſeccas, ainda que nellas ſe percebe alguma doçura, que atteſta calor; cozem-ſe com grande difficuldade, e deſtribuem-ſe muito mal; daõ ſucco de prava natureza, de que naõ pòde haver boa nutriçaõ. Em quanto ſaõ verdes, offendem o eſtamago, e relaxaõ o ventre; depois de ſeccas, fazem o contrario: porque corroboraõ o eſtamago, e conſtipaõ o ventre; tem virtude para ſuſpender os curſos, e os fuxos de ſangue, e para moderar as dores pungitivas do ventre; e para provocar a ourina, ainda que parecem couſa contrarias.

CASTNHAS DO MARANHAM

☞ *Caſtaniæ. Maranonis.*

9 DOmaranhaõ vem humas Caſtanhas, que mais que Caſtanhas, nos parece huma eſpecie de amendoas, que como as de Purtugal ſe criaõ dentro de huma caſca lignoſa, e dura; ſaõ mais quentes, e ſeccas que as do Reyno; mas naõ deixaõ de ter ſeu oleo, que tambem ſerve para os meſmos uſos, que os da amendoas doces, de que fallamos no numero 1. deſte Capitulo; porèm para uſos internos, principalmente em naturezas calidas, naõ ſerve, pelo ſeu grande calor.

☞ *Caſtaneæ de cajú.*

CASTANHAS DE CAJU'.

10 NO Braſil ſe acha tambem eſtas Caſtanhas do cajú ſaõ quentes, e ſeccas, com partes acres, e taõ corroſivas, que fazem chaga, como cauſtus. Comem-ſe aſſadas. Seraõ boas nas colicas de cauſa fria, e flatulenta, tomando alguns pós dellas em caldo de galinha.

Virtudes Medicinaes

CA-

CAPITULO XVIII.

Dos Condimentos.

AZEITE.

1 O Azeite he moderadomente calido, e humido; amollece, e abranda as fibras do estamago; e por isto causa vomitos, e laxa o ventre. Tempera a acrimmonia dos humores, mata as lombrigas, resiste aos venenos, e he antidoto geral para elles; conserva as cousas, que nelle se metem, sem danno, nem corrupçaõ. Nelle naõ se cria nenhum infecto, mas antes em lhe chegando, logo morrem. Da azeitona verde se tira Azeite, a que chamaõ omphancino, que he frio, e adstringente (como he o que se tira da azeitona madura das oliveiras bravas, ou silvestres, a que chamaõ zambujo) e he util para composiçaõ de muitos unguentos. *Oleum cõmune*

VINAGRE.

2 O Vinagre he frio, e secco, penetrativo, e adstringente, ainda que parecem cousas contrarias; penetra, porque he agudo; e adstringe, porque he secco. He muito conveniente nos alimentos: porque excita o appetite, vigora o acido do estamago, e ajudaõ a incidillos, a penetrallos, e a cozellos; e conduz muito para sua destribuiçaõ. Tem virtude de repercutir; e poristo se usa no principio das inflammaçoens. Matta as lombrigas, e desperta do sono, chegando-o ao nariz. Usando com excesso, exalta o acido estomachal, causa azias, offende os nervos, e por isto he infenso às mulheres, cujo utero he nervoso; *Acetum* *Virtudes Medicinaes*

ſo; he nocivo aos melancolicos, e aos que padecem ardores de ourina, e naõ deixa nutrir bem o corpo, mas antes he cauſa para naõ engordar.

S A L.

Sal. 3 O Sal he quente, e ſecco; e he muito neceſſario nos alimentos: porque os preſerva de que ſe corrompaõ; excita o appetite famelico, e dá graça a todos os comeres; ajuda o cozimento do eſtamago, e eſtimula o ventre para expulſaõ dos excrementos. Tem virtude abſtergente, digerente, e adſtringente. Uſando-ſe em nimia quantidade, gèra pedra, cauſa impigens, ſarna, comichoens, e proidos; e faz na maſſa do ſangue hum vicio eſcorbutio; achaque mui ordinario nas Regioens em que com frequencia ſe uſa de peixes, e carnes ſalgadas. Além diſto, offende a viſta, deminue a genitura, e he mui nocivo em naturezas colericas, e melancolicas.

Virtudes Medicinaes

M E L.

Mel 4 O Mel he quente, e ſecco, e quaſi incorruptivel; o branco he menos quente, que o flavo; o que depende da differença das ervas, e flores de que as abelhas o tiraõ. He alimento, e he medicamento; como alimento, nutre de maneira, que muitos com pouco mais que Mel, vivéraõ idades provectas; como medicamento, faz muitas utilidades; porque elle abſterge, e alimpa as fleumas, e materias craſſas, e viſcoſas do eſtamago, e ventre, ao qual laxa por eſte modo; mundifica as chagas, aſſim internas, como externas; cura as toſſes, as rouquidoens, os catarros, e aſmas de cauſa fria, fazendo eſcarrar os humores, que cauſaõ eſtes dannos. Provoca a ourina, alim-

Virtudes Medicinaes

alimpa os rins, e bexiga das materias, e arèas, que nelles se achaõ; perserva de corrupçaõ as cousas que com elle se preparaõ, como se vè nos fruttos fugazes, do Estio, que corronpemdo-se facilmente, com o Mel se conservaõ sem corrupçaõ muitos annos; sem serem taõ nocivos, como os doces de assucar, de que logo fallarèmos. He util para os velhos, e para pessoas de temperamento frio; para os calculosos, para os asmaticos, que padeçaõ asma humida, e commua; e para os maes achaques do bofe, que nao sejaõ seccos, nem convulsivos. Comtemplando Plinio na prestancia do Mel, chamonlhe *nectar divino*; outros lhe deraõ varios epitectos; insinuando, que o muito que delle usavaõ os Antigos, naõ conduzia pouco para viverem largos annos. Pithagoras, que vivia com frugalidade, muitas vezes passava sem mais alimento, que Mel, e morreo de noventa annos. O Medico Antiocho comia todas as tardes paõ, e Mel Attico, e viveo mais de oitenta annos. O Gramatico Telipho com o uso de Mel por alimento, chegou a viver cem annos, segundo refere Galeno. 1. Ultimamente alèm das referidas virtudes, affirmaõ, que o Mel, sendo puro nutrimento do corpo, vigora as forças da alma, e que recrea, e a guça todos os sentidos. O que comprovaõ con aquelle lugar da Escrittura Sagrada, em que fallando de S. Joaõ Bautista, se diz, que comeria Mel, e manteiga, para que soubesse eleger o bom, e reprovar o mào: *Butyrum, e Mel comedet, ut sciat eligere bonum, & reprobare malum.* A razaõ natural vem a ser: porque do Mel se geraõ bons humores: dos bons humores bons espiritos: com os quaes se fazem bem as funçoens do corpo, e as principaes do cerebro: de que se segue, que com o seu uso tenha maior agudeza o engenho, e o entendimento, cuja operaçaõ consiste no verdadeiro conhecimento do bom, e do máo.

1. *5. De sanit. tuend. Cap.* 4.

ASSU-

ASSUCAR.

Saccharum. 5 O Assucar he quente, e secco naõ tanto como o mel; alguns dizem que he humido, em quanto fresco, e secco, depois de antigo; nutre muito; e tem quasi as mesmas virtudes, que o mel; porque sobre dar gracioso sabor aos alimentos, que com elle se preparaõ, tambem os preserva de corrupçaõ, como vemos nos mesmos fruttos, de que fallamos tratando do mel. He abstergente, e como tal, gasta as nevoas dos olhos, mundifica as chagas, alimpa os rins, e bexiga das arèas, e materias mucosas, que muitas vezes causaõ dannos graves; laxa o ventre; abranda, e mundifica o peito, facilita a excreaçaõ das fleumas crassas, e viscosas, que o offendem, nos catarros, nas tosses, nas asmas, e rouquidoens desta causa; desopila, e he util para cozer, e alimpar as fleumas do estamago; e por isto he conveniente nos velhos, e nos que forem frios, e humidos do estamago. He nocivo em estamagos quentes, e em que houver colera, e em naturezas biliosas. Usado com excesso, causa grandes dannos: porque se converte em colera; causa obstrucçoens, ictericias, azias, dores agudas de estamago, e ventre; he inimigo dos nervos; offende os dentes fazendo-os negros, cariosos, podres; e finalmente introduz na massa do sangue hum vicio salino, acre, e mordaz, de que procodem febres fermentativas, comichoens, proidos, cursos, e tenesmos, chagas corrosivas, exulceraçoens escorbuticas nas gingivas; e outros mais dannos, que fazem formidavel o Assucar, e os doces, que com elle se prepráraõ: por haver no Assucar hum acido corrosivo, que causa os referidos incommodos; o que se confirma com a certeza de que do Assucar se tira hum licor taõ

Virtudes Medicinaes

ero-

erodente, que corroe o ferro, e os metaes duriſſimos. E por iſto muitos Eſcrittores reprovaõ totalmente o uſo do Aſſucar, e doces; ſendo aſſim, que comidos com moderaçaõ, nunca offendem muito; particularmente em peſſoas que com elles ſe criàraõ: porque já o coſtume os tem feito familiares à ſua natureza, a qual ſe accommoda bem, e ſe recrea com elles. Nos lugares onde ſe cultiva o Aſſucar, ſe tira por deſtillaçaõ das ſuas canas hum licor claro, eſpirituoſo, e ardente, a que os Barbaros chãmaõ *Rum*, e os do paiz *Agua ardente do Aſſucar*, e uſaõ della, como da Agua ardente ordinaria. Tomada com moderaçaõ, aproveita nos eſtamagos frios, e humidos, porque os aquenta, e lhe coze as ſuas fleumas, gaſta os flatos, deſſecca as humidades do cerebro, dá vigor aos eſpiritos. Porèm uſando-ſe com exceſſo, eſquentar as entranhas, cauſa ſede, faz ferver o ſangue, excita proidos, comichoens, vertigens, colicas, e convulſoens das fibras do eſtâmago, e ventre. *Agoa ardente do Aſſucar*

CAPITULO XIX.

CANELLA.

1 DE todos os Aromas, que ſervem para tempero dos alimentos, e bom condimento delles, tem a Canella o lugar primeiro. He quente, e ſecca; corrobora o eſtamago, ajuda o ſeu cozimento, diſſipa os flatos, aguça a viſta; atenúa, incinde, e digere os humores, confortando as partes com alguma adſtricçaõ, que tem, a qual lhe naõ ſerve de embaraço para provocar a ourina, e promover a purgaçaõ dos mezes, e dos lochios. A agua que della ſe deſtilla, he excellente para os eſtamagos frios, e humidos, colicas de cauſa frias, para os flatos em natu- *Cinamomum* *Virtudes Medicinaes*

naturezas, que naõ sejaõ quentes, e biliosas. Entre muitos licores, que com a Canella se fazem para os ditos usos, louvamos huma agua a que chamaõ *Clareta*, cuja preparaçaõ he esta: Tomem duas onças de Canella fina grossamente pizada, e huma libra de agua ardente, metaõ-se em hum vaso de vidro; e em outro vaso se metaõ seis onças do melhor assucar que houver, e outras seis de agua rozada; tapem-se os vasos bem, e deixem-se estar tres días, resolvendo-se muitas vezes em cada hum delles; depois misture-se tudo, e passe-se por manga; e guarde-se em vaso bem tapado. Toma-se huma, ou duas colheres desta agua, quando he necessaria; tem muito bom gosto, e grande virtude para os flatos, e para estamagos frios, e fracos.

Clareta

PIMENTA.

2 A Pimenta he quente, e secca em summo grão; ajuda o cozimento de estamago, gasta os flatos, a clara a vista, provoca a ourina; he util nas colicas de causa fria, e flatulentas; ajuda os partos; aproveita nas tosses, e asmas procedidas de humores fleumaticos, crassos, e viscidos; e he boa para as esquenencias applicada com mel. Usada com excesso, causa ardores de ourina, de estamago, e ventre, proidos, e impigens, calor nas entranhas, fervor na massa do sangue, principalmente se forem em sugeitos quentes, e seccos. Da Pimenta se fazem tres especies: Pimenta longa, Pimenta branca, e Pimenta negra; sendo que naõ ha mais, que huma; de que se fazem estas differenças, pelo tempo em que se colhe. A longa naõ he outra cousa mais, que muitos grãos de Pimenta, amassados em hum quando he mui tenra, e ficaõ em fórma longa. A branca, he a Pimenta

Piper.

Virtudes Medicinaes

ta que se colhe verde. A negra, he a que se colhe madura. Todas saõ quentes, e seccas; a branca mais quente, e mais acre; e mordáz. A longa menos secca, porque querem muitos, que tenha alguma humidade, que he causa de se fazer, cariosa. A que se usa nos alimentos, he a negra; em que se achaõ as qualidades, e virtudes, que temos ditto, O melhor modo de usár della, he lançando-a inteira nos alimentos, que com ella se temperarem; e ainda para o estamago, he mais conveniente engulir alguns grãos inteiros, do que tomar o seu pó: porque daquelle modo communica a sua virtude sem fazer danno; o que naõ succederá com o pó que tem muita acrimonia, com que causa soluço, e póde produzir outros males.

CRAVO.

3 O Cravo he quente, e secco, e muito appropriado para o cerebro, coraçaõ, e estamago, e utero; porque ajuda o cozimento do estamago, discute os flatos, recrea o utero, soccorre ao coraçaõ nas syncopes; refaz os espiritos, aguça a vista, estimula para o uso de Venus; robora o cerebro, conforta a memoria, emenda a intemperança fria, e humida do cerebro, e das entranhas, e ajuda a curar os males, que della procedem. Usando com excesso em temperamentos quentes, e seccos, produz effeitos de calor, e seccura; causa febres, sede, dores agudas de estamago, e ventre, comichoens, e tenesmos.

Cariophyllum

Virtudes Medicinaes

GINGIBRE.

4 O Gingibre he quente, e secco, mas menos secco, que quente; e alguns o fazem humido, com huma humidade indigesta, como a da pimenta

Zinziber

menta longa, por razaõ da qual ſe faz carioſo, e carcomido, como a quella pimenta. Conforta o eſtamago; e ajuda o ſeu cozimento, diſſipa os flatos, cura o faſtio, que procede de materias frias, que occupaõ o eſtamago, aclara a viſta; e tem pouco menos virtudes, que a pimenta.

Virtudes Medicinaes

AÇAFRAÕ.

Crocus.

5 O Açafraõ he quente, e ſecco, e algum tanto adſtringente; he cardiaco, inimigo dos venenos, e da prodridaõ; ajuda o cozimento do eſtamago; reſera as obſtrucçoens das entranhas; da elegante cor ao roſto; move a ourina facilita o parto; lança as páreas, e provoca a purgaçaõ dos mezes; excita eſtimulos libibidinoſos; e he excellente nas toſſes, nos pleurizes, nas aſmas, e nas tiſicas; por cuja virtude lhe chamáraõ *alma do boſe*: porque he tal a ſua virtude nos males deſta parte, que eſcreve Dodoneo, que aos tiſicos, que eſtiverem agonizando, ſe lhe proroga algum tempo a vida, tomando de doze, atè vinte, e quatro grãos de pezo de Açafraõ em vinho doce; e diz que obſervarà muitas vezes nos accidentes de aſma, paſſarem logo no meſmo inſtante, em que uſou deſte remedio. Tem virtude de roſolver, e madurar os apoſtemas; e diz Laguna, que he taõ penetrativo, que poſto na palma da mão, paſſa ſubitamente ao coraçaõ; o que ſe deve entender da ſua virtude, que pelas arterias ſe lhe communica. Uſando com exceſſo, e cheirando-o continuamente, cauſa dores de cabeça, ſonolencia, triſteza, faſtio, faz a cor de todo o corpo pallida: pertuba o entendimento, attenúa, e diſſolve os eſpiritos, e ultimamente, tomando em grandiſſima quantidade; mata como veneno. Riverio 1. conta que huma mulher

Virtudes Medicinaes

1 4. Inſtitut.

lher tomàra muito Açafraõ, para lhe baixar a purgaçaõ dos mezes, que dentro de tres dias acabara a vida com hum copiosissimo froxo de sangue pelo utero. Alguns escrevem que os que tomaõ em vinho tanto Açafraõ, que os mate, que passaõ as agonias da morte envoltas na alegria do riso com que acabaõ, porque o nimio uso de açafraõ, causa hum riso morboso, como observou Amato Lusitano, e Julio Alexandrino, cujos casos se pòdem vèr na *Bibliotheca Pharmaceutica* de Mangeto *fol.* 647.

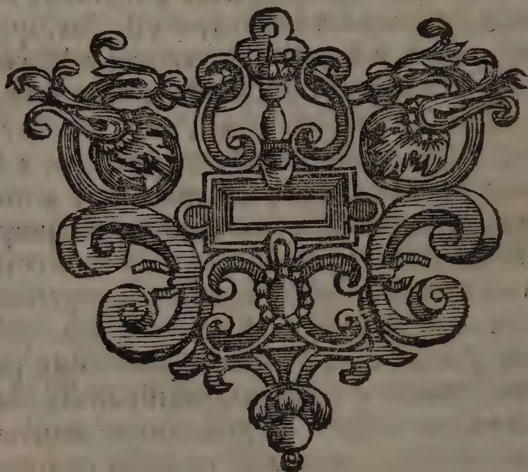
MOSTARDA.

6 A Mostarda he quente, e secca em taõ alto grao, que alguns Latinos lhe chamaõ *Mustum ardens*. Ajuda o cozimento de estamago; emenda a sua intemperança fria, e humida; absterge as fleumas, e materias crassas, e viscidas, que nelle se achaõ; excita o appetite de comer; e he corroctivo dos alimentos frios, e humidos; tem virtude para as enfermidades frias do peito, para a tosse, e asma humidas; ajuda a destribuiçaõ do alimento, e a circulaçaõ do sangue; conserva os sentidos, e a memoria. Feita em pò, e tomada como tabaco, faz purgar pelo nariz as humidades da cabeça. Para os escorbuticos tem huma insigne virtude, segundo as experiencias de Mervault, que no assedio de huma Praça, ebservou, que hum grande numero de soldados, que padeciaõ escorbuto, tendo a respiraçaõ difficultosa, as gingivas podres, os dentes negros, todos morriaõ, atè que achando muita mostarda no fosso da muralha, e bebendo a sua semente pizada com vinho branco, nunca mais morrèraõ, e livráraõ com este só remedio muitos centos delles. *Semen Sinapeos* (diz Mangeto referindo este caso no tomo segundo da Bibliotheca

Sinapi.

Virtudes Medicinaes.

Pharmaceutica) *in mortario tritum, & cum vino albo mixtum, multas centurias ſcorbuticorum in obſidione Repellenſi ſanitati reſtituit. Plerique enim obſeſſorum, & inedia preſſi, multa ſordida, & quæ natura abhorret, eſitare coacti, reſpirandi difficultatem, gingivarum putredinem, dentium nigritiem, & valcillationem, aliaque ſcorbuti ſympthomata contraxerant, unde multi moriebantur, donec tandem ſinapi in foſſis circa urbem copioſe inventum, & quo dictum eſt modo adhibitum, omnes liberavit.* Uſada com exceſſo, queima os humores, e gera muita colera, porque faz o ſangue aduſto; cauſa ſede, febre, morſos de eſtamago, dores de ventre, ardores de ourina, comichodores das almoreimas, e teneſmos.



SESSAÕ IV.

DA AGUA, DO VINHO, E DE OUTRAS bebidas alimentaes, e medicamentosas, que no presente seculo se frequentaõ.

CAPITULO I.

Da Agua, e suas differenças.

AGUA.

1 AGUA he fria, e humida; e ainda que sendo pura naõ nutre, he muito necessaria para a boa nutriçaõ do corpo, e para bem ordenada ecomonica da sua maquina: porque ajuda adstribuir o alimento depois de cozido no estamago; facilita o circulo do sangue, e a depuraçaõ das impuridades excrementicas, que a natureza continuamente deturba pelos ductos para este fim destinandos; excita o appetite de comer; conforta o estamago; laxa o ventre; modefica a acçaõ com que o calor natural se emprega no humido sustantifico; tempera o excandente empyreuma das entranhas; rebate o furor da colera; reprime o Archeu do estamago; deprime a exaltaçaõ do succo Pancreatico; mitiga a sede; e parece que recrèa a al-

a alma, quando entre as ancias de huma ſede incompeſcivel, acha na ſua frialdade o refrigerio, e o alivio. Tudo iſto faz a Agua quando he boa; mas quando he má, offende o eſtamago, preverte o cozimento, e ſegundo as ſuas qualidades, aſſim excita os dannos.

2. Para fazer a Agua as referidas utilidades, he neceſſario que ſeja boa; e a que ſe houver de julgar por boa, ha de ter as propriedades ſeguintes: ha de ſer pura, limpa, clara pellucida, inſipida, ſem ſabor algum; ſem cheiro; tenue, delgada, e leve; de ſorte que com facilidade ſe aquente, e ſe esfrie; e poſſa premear os hypocondrios, e deſtribuirſe facilmente pelo corpo. A Agua em que ſe acharem eſtes dotes, e prerogativas, eſſa he a melhor Agua. Para examinar a ſua bondade, no que toca às circunſtancias de clara, pura, inſipida, e ſem cheiro, corre iſto por conta dos ſentidos externos; mas para ſaber ſe he tenue, leve, e delgada, he neceſſario ver ſe ſe cozem os legumes nella com facilidade: porque elles ſenaõ cozem bem na Agua que he craſſa, ſenaõ na que he leve, e delgada. E para ſaber qual he mais leve, e delgada, tomem dois pedaços depanno de linho, ambos do meſmo panno, e iguaes em tudo; molhem a cada hum delles em ſua Agua, ponhaõ-ſe a enxugar, e aquella Agua que primeiro ſe ſecar, eſſa he mais leve, e mais delgada. E de pois de enxutos os pannos ambos, o que menos pezar, he o que ſe meteo na Agua mais leve, e mais tènue. Alguns dizem que he ſinal de ſer boa Agua, o desfazer-ſe bem o ſabaõ nella.

E porque ſaõ varias as differenças da Agua, a ſaber: Agua da fonte; da chuva, que he a das ciſternas; do poço, de rio, de lagoa, e a que ſe tira da neve, e do gelo derretidos; de cada huma dellas fallarèmos particularmente.

AGUA DA FONTE.

3 DE todas as Aguas, esta he a melhor, quando nella se achaõ os dotes, e condiçoens de Agua boa, na forma que dissemos no numero antecedente; porque naõ as tendo só por ser Agua da fonte, naõ deve preferir ás outras Aguas, que pódem ser melhores, que ella. Hypocrates 1. alèm das dittas propriedades, que deve ter a Agua da fonte para ser boa, accrescenta outras, e diz que a fonte ha de estar ao nascer do Sol, principalmente no Estio; e que a Agua ha de passar por terra limpa, que naõ seja lutosa, nem argillosa, e que corra por arèas, ou por pedras. Mais diz: que a Agua ha de correr da fonte no Inverno quente, e no Estio fria; porque he sinal de que a Agua traz a sua escaturigem das mais profundas entranhas da terra, as quaes pela antiperistase, no Inverno estaõ quentes, e no Estio estaõ frias. As fontes que nascem para o Settentriaõ, e para o Poente, como o Sol as naõ calcina, e depura, tem as Aguas cruas, crassas, e pezadas, as quaes naõ descem facilmente do estamago, e causaõ obstrucçoens nas primeiras vias, e outros mais dannos.

1. *Lib. de aer. loc. & aq.*

AGUA DA CHUVA,
Ou da Cisterna.

4 ESta he a melhor de todas as mais, que naõ sejaõ de fonte, e naõ faltaõ Authores gravissimos que dem oprimeiro lugar a esta, preferindo-a á das fontes. Hippocrates 1. a louva muito, dizendo, que he leve, doce, limpa, e tènue, como gèrada dos tenuissimos vapores, exhalaçoens, atraidos pelos Sol, e convertidos em chuva. Aecio 2. Varaõ de gran-

1. *Loc. cit.*
2. *Tetrab. 1. Serm. 3. Cap. 165.*

degrande authoridade entre os antigos, atem pela mais leve de todas: *Aqua pluvialis* (diz elle) *omnium levissima censetur*, & *facile transmutatur.* E Celso, 3. Lib. de Med. que ainda que Jurisconsulto, tem bom lugar entre os Medicos, expressamente está a seu favor dizendo: *Levissima pluvialis est, deinde fontana.* Nem faltaõ razoens que com experiencia se cheguem a estas authoridades: porque a Agua da chuva trazida à balança, he a mais leve de todas; he a que mais prontamente recebe as alteraçoens do calor, e defrio; naõ tem cor, nem cheiro, nem sabor, que atteste alguma qualidade insigne; a sua tenuidade, e delgadeza mostra-se com a certeza de que nella se cozem os legumes melhor, que na Agua da fonte.

5. Para ser boa a Agua da cisterna, de sorte que mereça estes louvores: he necessario, que se achem nella as seguintes prerogativas: A primeira: que seja recolhida na Primavera; e naõ de chuva branda, e serena. A segunda; que corra por telhas de barro bem limpas, das quaes passe para a cisterna por ductos cubertos, de sorte que se recolha nella sem vicio. A terceira: que a cisterna esteja taõ limpa, que a Agua se conserve nella pura, e incorrupta, livre de qualquer impuridade, que a possa inquinar, e corromper. Mas ainda que se ache Agua de cisterna com todas estas prerogativas, o que he difficil: sempre damos o primeiro lugar à Agua da fonte, tendo as qualidades de boa, na forma que dissemos no numero segundo deste Capitulo: porque esta Agua sendo boa sempre assim se conserva, livre das mudanças de causas extrernas, a que está exposta a da chuva, ainda que recolhida, e guardada em cisterna limpa.

Esta Agua he muito usada nas inflammaçoens dos olhos, e nella se preparaõ os collirios; e tambem para as esquinencias se fazem os gragareijos com Agua de

de cisterna, entendendo, que tem alguma adstringencia, sendo assim, que se parece adstringente, he porque se encaminha ás vias da ourina, e por falta da sua humidade se constipa o ventre, o que se atribue falsamente à virtude adstringente da ditta Agua.

AGUA DE POÇO.

6 DEpois da Agua da chuva, este he amelhor entre as que restaõ. As Aguas de poço ordinariamente saõ grossas pezadas, e cruas; naõ se cozem bem nellas os alimentos, nem se destribuem bem; donde nascem obstruçoens na primeira regiaõ, e nos hypocondrios, em que depois de feitas se fundaõ muitos mais dannos. Mas com tudo isto poços haverá que tenhaõ Agua taõ boa, que compita com as das fontes: porque se o poço for profundo, e descuberto, se tiver ar livre, se lhe der o Sol, que lhe depure, e serene a Agua: se tiver vizinhas algumas fontes de boa Agua, que se lhe communique: ou se estiver perto de algum rio grande, de rapida corrente: se a Agua for mui batida, e tiver grande gasto: se o poço andar bem limpo: se estiver distante de cloacas, e de lugares immundos, donde naõ possa receber algum vicio: e se finalmente com todas estas circunstancias, a Agua for leve, tènue, clara, pura, sem sabor sem cheiro, e se cozer bem os legumes: se no Inverno estiver quente, e no Estio fria: esta Agua pòde igualar à das fontes boas, porque para ser como ellas, nada lhe falta, mais, que correr por hum anel com maior limpeza, e facilidade.

7 Porèm faltando estas condiçoens, ainda que a Agua pareça boa, naõ se deve louvar muito, e poderá ser nociva. Porque se o poço estiver vizinho de cloacas, e esterquilinios, haõ de viciarlhe as Aguas, e ha de

de ter máo cheiro, e máo ſabor. Se o poço naõ for profundo, fica a ſua Agua expoſta ás injurias do tempo, pouco menos, que as Aguas paluſtraes, e eſtagnantes; e aſſim eſtaõ frias no Inverno, e quentes no Eſtio; ſalvo ſe tiverem perto algumas fontes de que ſe lhe communiquem as Aguas. Se o poço eſtiver em parte onde lhe naõ dé o Sol, como ſaõ os que eſtaõ em caſas cubertas, inquinaõ-ſe as Aguas com a humidade do ſitio, naõ ſe calcinaõ, nem ſe ſerenaõ com a luz do Ceo. Se a Agua naõ he bem batida, e naõ tem muito gaſto, fica crua, corrompe-ſe com facilidade, offende o eſtamago, coze mal os alimentos, cauſa obſtucçoens, deſtroe a harmonia das entranhas, e excita graviſſimos incommodos.

AGUA DE RIO.

8 A Agua fluvial, ou de rio, he peor que a dos poços: porque os rios correndo por varias partes, vaõ recebendo algumas infecçoens, que viciaõ a Agua; principalmente no Eſtio, em que ſe metem nos rios os linhos, e outras cauſas, que corrompem as Aguas, e as fazem grandemente nocivas. Alem diſto, nos rios entraõ varios animaes, e alguns delles pòdem ſer venenoſos, e ficando a Agua infecta com o veneno, já ſe ve como ſerá dannoſa. Por eſtas razoens cauſaõ muitas vezes grandes males as Aguas dos rios; e os homens que dellas uſaõ, ordinariamente ſaõ deſcorados, ſe fazem cacheticos, padecem obſtruçoens, e queixas de garganta.

9 Entre as Aguas de rio ha tambem ſuas differenças, e ſaõ humas menos más que outras. As Aguas de rios pequenos, turvos, e cenoſos, que corraõ por terra lutuoſa, e argilloſa, e que naõ tenhaõ a corrente precipitada: eſtas ſaõ Aguas, que devem reprovar-

ſe

se, como impuras, e infensas ao estamago, e mais entranhas. As Aguas de rios grandes, que correm arrebatadamente por arèas, ou pedras, sendo claras, limpas, sem gosto, nem sabor, que as condenne, saõ as melhores; e devem tomarse no meio da corrente, porque aos lados dos rios sempre ha mais impuridades que viciem a Agua; e devem advertir os que houverem de bebellas, que depois de as terem nas quartas, ou cantaros em que as guardaõ, deixem passar alguns dias primeiro que as bebaõ: para que deponhaõ no fundo das quartas as suas impuridades; e sempre a bebaõ coada, e cozida, porque o fogo de algum modo a purifica; o que se deve fazer com todas as Aguas de rios, cuidando sempre que naõ saõ boas; privilegio que só ficou para as Aguas do Nilo, das quaes diz Avicenna 1. que saõ melhores que as dos maes rios, por causas, que nelle se pòdem ver. Ainda que acabamos de dizer que toda a agua que naõ for boa se deve cozer, porque o fogo a purifica: aqui agora dizemos o contrario: porque advertimos de pois da primeira empressaõ deste libro, que isto era falso: porque a Agua quando se coze, perde as partes tenues, e delgadas, que o fogo lhe gasta, e fica mais grossa, e mais pezada; menos capas de entrar bem pelas partes do alimento quando se dissolve, e se coze no estamago, de que se haõ de seguir obstrucçoens, indigestoens, outros muitos dannos nascido de senaõ fazerem bem as colaçoens, e filtraçoes, que os humores, e fluidos do corpo haõ de ter pelos seus ductos, para o que ajuda muito a tenuidade, e delgadeza das aguas que se bebem; ese saõ cruas, e grossas antes de cozidas, de pois do cozimento ficaõ mais cruas, como temos dito; e por isto alguns Escrittores dizem que quando as Aguas cruas se cozerèm, se tape exactamente aboca do pote, para enpedir a vaporaçaõ, em que vai o su-

Lo 1. 2. 1. Doct. 2. 16.

ſutil da Agua, e que eſta ferva pouco, para que naõ fique mais groſſa.

AGUA DE LAGOA.

10 AS Aguas de Lagoas ſaõ as peiores de todas: porque como ſe naõ movem, ſaõ craſſas, impuras, e cruas, de facil corrupcçaõ, com que muitas vezes ſe fazem malignas, e peſtilentes. E ainda que ſe naõ corrompaõ, ſempre cauſaõ danno: porque nellas ſe naõ cozem os alimentos bem, e deſtribuem-ſe mal; cauſaõ obſtrucçoens nas primeiras vias, e nas entranhas; de que reſultaõ innumeraveis incommodos; e naõ ſe traſcolaõ bem pelos rins, e pelas vias da ourina.

AGUA NIVOSA E GLACIAL.

11 A Neve, e o gelo desfazem-ſe em Agua, e aſſim huma, como outra, ſaõ peſſimas: porque quando ſe chegaõ a congelar, perdem as partes tenues, claras, e leves, e ficaõ ſó com as partes craſſas, turvas, e pezadas, aſperas, e duras, e nunca tornaõ a ſua antiga natureza, como affirmou Hippocrates; 1. donde ſe vê, que diſſe mal Avicena, 2. quando diſſe, que eſtas Aguas eraõ boas, ſendo limpas; reprovando as glaciaes, quando o gelo foſſe de más Aguas; e as nivaes, quando a neve tiveſſe caido em lugares immundos, que as viciaſſem. Eſtas Aguas ſaõ cruas, e craſſas, naõ ſe cozem nellas bem os alimentos, nem os deixaõ deſtribuir bem; cauſaõ obſtrucçoens de entranhas, e ſuppreſſoens de ourina; iritaõ as fibras das partes ſolidas, offendem o eſtamago, prevertem o ſeu cozimento, cauſaõ cruezas, e flatulencias, provocaõ toſſe, fazem mal ao peito, op-

1. *Lib. de der. aq. & loc.*

2. 2. 1. *Doct.* 2. 16.

opprimem os eſpiritos, congelaõ os fluidos do corpo, de que ſe ſeguem males graviſſimos, que ſe naõ experimentaõ bebendo a Agua que ſe esfria com neve, ou gelo circumpoſtos, o que naõ ignorou Marcial naquelle Epigramma bem recebido, e decantado dos hydrophobos, ou grandes bebedores de Agua.

Non potare nivem, ſed aquam potare rigentem.
De nive, commenta eſt ingenioſa ſitis.

CAPITULO II.

De que Agua ſe ha de uſar, em que quantidade, em que tempo, e com que ordem ſe ha de beber?

1 DEpois de fallarmos da natureza, e utilidades da Agua, e das ſuas differenças, reſta dizer de qual dellas haõ de beber os que tiverem ſaude. A eſta duvida reſponde profundamente Hippocrares 1. com mais clareza do que coſtuma; porque diz expreſſamente, que os que forem ſaõs, e robuſtos, bebaõ a Agua, que ſe lhe offerecer, ſem terem algum cuidado na eleiçaõ della: *Quiſquis ſanus, ac robuſtus eſt, is nullum diſcrimen afferat, ſed ſemper eam, quæ præſens eſt, bibat.* Foi o meſmo que dizer, que os que tem ſaude, ſe naõ tratem como doentes. Os que padecem queixas, haõ de cuidar muito no que haõ de comer, e beber: mas quem logra ſaude, hade de uſar dos alimentos, e da Agua, que preſente tiver, ſem mais cuidado, que o de naõ exceder o modo, e moderaçaõ, que niſto deve obſervar. Mas ſem embargo deſte preceito de Hippocrates, naõ ha duvida que ſe deve pôr grande cuidado na Agua que houvermos de beber: porque, ſe ſendo boa faz as utilidades

1. *Lib. da aer. loc. & aq.*

lidades que dissemos no numero primeiro do Capitulo antecedente: sendo má, he causa de muitos, e mui graves dannos: porque se perverte o cozimento de estamago de que resultaõ innumeraveis males, assim na primeira regiaõ, como em todo o corpo; se se naõ destribue bem, causa oppilaçoens, hydropesias, e suppressoens de ourina; retarda o circulo do sangue de que nascem muito peiores consequencias; e finalmente causa póde ser de gravissimas queixas, que brevemente acabem a vida.

2 Do que dissemos no Capitulo antecedente, se vè que a Agua que por eleiçaõ se deve buscar, ha de ser de fonte, que esteja ao nascer do Sol, cuja Agua seja pura, clara, limpa, pellucida, sem sabor, e sem cheiro, tenue, delgada, e leve, que facilmente se esfrie, e aqueça; e que no Estio esteja fria, e no Inverno quente. Onde naõ houver esta Agua, pòde servir a da cisterna limpa, sendo recolhida, e guardada na forma que dissemos no numero quarto do dito Capitulo. E faltando esta, tem lugar a de poço, cuja Agua tenha as prerogativas de boa; e na falta desta, servirà a de rio, tomando-a do meio da corrente. As Aguas de lagoas, e do gelo, e neve derretidos, nunca se devem usar, pelas razoens que dissemos fallando dellas; e sendo preciso valer de alguma destas, seja antes da nivosa, e glacial: porque ainda que crassas, e cruas, naõ seraõ corruptas.

3 A quantidade de Agua que se ha de beber, naõ se pòde determinar para todos com igualdade. Quem comer muito, he preciso que beba mais largo, para que o alimento se coza sem se esturrar, e se destribua sem demora, deixando juntamente humidade para que os excrementos que das cocçoens resultaõ, se possaõ expurgar pelos seus ductos. Quem comer pouco naõ hade beber muito: porque fluctuará o alimen-

to

to no estamago, cozerse-há muito mal, e causarà muitos dannos, que dos cozimentos prevertidos costumaõ resultar. He doutrina expressa de Galeno, 1. por estas palavras: *Potionis quantitas ea debet esse, ut nec in ventriculo innatet, nec fluctuationes ullius sensum invehat*; &c. Para hum jantar, ou cea moderada, bastarà beber dois, ou tres quartilhos de Agua a qual se poderá deminuir, ou acrescentar pela diversidade dos temperamenros, da idade, da regiaõ, da quadra do anno, e do costume de cada qual. Os que forem de temperamento quente, secco, e adusto, devem beber mais largamente. Os meninos, que saõ muito humidos, he justo que bebaõ menos Os mancebos, que saõ quentes, e seccos, he razaõ, que bebaõ mais. Os velhos, que por seccos se vaõ corrugando, necessitaõ beber mais vezes. Nas regioens quentes, e no estio, sempre he preciso beber com mais largueza, do que em terras frias, e nas outras quadras do anno. E finalmente os que forem costumados a beber mais, ou menos sem offensa, bebaõ segundo o seu costume, que sempre devem observar, por perceito de Hipocrates, que assim lho aconselha. 2.

1. 7. Met. 6.

4 No que toca ao tempo, e ordem com que se ha de beber, dizemos: que o tempo certo de beber, he quando se come; e era preceito dos Dietarios antigos, que a Agua que se bebesse, fosse repartida entre o comer, bebendo muitas vezes, e pouco de cada huma dellas, cuidando que assim se misturava melhor a Agua com os alimentos, e que por este modo se faria melhor a sua dissoluçaõ, ou cozimento; sendo assim que nada conduz para isso este modo de beber: nem he necessario para se misturar o que se comer com o que se bebe; porque por meio da fermentaçaõ do alimento, tudo se mistura, e se confunde, até que acabado o cozimento, e depurado, se separaõ humas

2. 2. Acut 26.

par-

partes das outras, como dissemos no *Capitulo* 1. *da Sessaõ* 1. desta obra. O que nos parece he, que quem estiver comendo com saude, beba quando tiver sede; e como sempre aconselhamos a moderaçaõ, será bom que de cada vez naõ seja a Agua tanta, que nella fique fluctuando o alimento; e se a mesa naõ for de muitas cobertas, nem a sede muita, bastará beber no fim hum pucaro de Agua que satisfaça a sede, e encha a medida necessaria para se cozer, e destribuir o alimento; sendo que naõ he cousa de importancia para estes fins o beber toda a Agua no fim da mesa, nem o repartilla no discurso della, como temos ditto. O que nos naõ parece bem, he beber no principio da mesa, antes de haver comido alguma cousa; porque o estamago, que he mui nervoso, pòde succeder que se offenda com o occurso da Agua, e que fique em disposiçaõ de naõ cozer bem o alimento.

5 Fora da mesa ha muitas occasioens de beber; porque entre o jantar, e a cea, e depois de cear, nas horas do cozimento, e ainda depois delle, póde haver sede, que obrigue a beber em jejum. Neste particular ha gente taõ supersticiosa, que antes se deixaràõ estalar de sede, do que beberem hum pucaro de Agua no tempo do cozimento, cuidando, que este se retarda bebendo; no que ha hum grandissimo engano; porque se a sede he grande, necessita o estamago de Agua para melhor cozer. E no caso que os alimentos se cozessem mais de vagar por causa da Agua, menor inconveniente era este, do que esturrarem-se de pressa por falta della. Quem tendo boa saude tiver grande sede, seja no tempo, e na hora que for, beba, porque naõ he sede morbosa, visto que ha saude, he sede do estamago, que assim como com a fome pede o alimento, de que necessita; assim com a sede clama pela Agua, de que tem indigencia. Na verdade, que he conselho bem

bem fundado em razaõ, que quem lograr huma ſaude perfeita, naõ coma quondo tiver fome, nem beba quando tiver ſede! Que mais fica entaõ para os doentes?

6 Naõ ha duvida em que o tempo mais opportuno para beber fora da meſa, he depois de ſe haver acabado o cozimento de eſtamago, que dentro de ſette horas ſe conclue; e eſta he a bebida que Galeno chama *potus delativus*, porque leva, e faz deſtribuir o alimento depois de cozido: mas tambem he certo que pòde haver caſos em que o beber ſe faça preciſo antes de ſe acabar o cozimento; porque ſe o calor das entranhas, ou a ſede for grande, ou por cauſa de alimentos quentes, ou ſalgados, que ſe hajaõ comido, ou por muito vinho, ou por uſo nimio de bebidas quentes, he neceſſario beber, para que o alimento melhor ſe coza; nem eſta ſede ſe tira ſem Agua. Tambem he neceſſario beber nas horas do cozimento, quando ao comer ſe bebeo taõ pouca Agua, que falte humidade para ſe cozerem os alimentos; porque alèm de que ſe eſtrurraraõ por falta della, tambem ſe naõ poderaõ deſtribuir pela meſma cauſa depois de cozidas. Aſſim tambem ſe beberá nas horas do cozimento, quando a ſede for intenſa, ou por grande calor do eſtamago, e entranhas; ou por algum exercicio violento, e forte; ou por haver precedido hum ſuor copioſiſſimo; porque, neſtes caſos he preciſo beber, ainda que ao comer ſe tenha bebido bem. E Autor há que aconſelha, que beber duas horas de pois da meſa, he muito melhor do que beber logo ſobre o comer: porque paſſadas duas horas, pouco mais, ou menos, eſtaõ os alimentos já com alguma diſſoluçaõ, e penetra-os melhor a Agua, ajudando-os aſſim a diſſolver, e deſtribuir, e digerir mais breve, e facilmente. Havemos de tranſcrever aqui as ſuas palavras. O

Author he Francez, as palavras saõ da mesma lingua: *Apres le repas, elle* (falla da Agua) *est d'un secours infini por achever la digestion, e donner au chyle toute la fluiditè necessaire, sur-tout lors qu' boit deux heures apres avoir mangê; parcequ' alors les aliments étant à moitè dissauts, elle les pênétre sans peine, acheve de les dissoudre, e les entraine en peu de temps; au lieu, qu' immediament aprés le repas, les aliments n'ètant pas encore alterez, ni dissouts, l'eau ne les pènètre pas si aisement.* Saõ do Doutor Noguez, Medico Parisiense, na douta prefacaõ que fez ao livro de Monsieur Smith, das virtudes medicinaes da agua commua, traduzindo-o do idioma Ingrez, no de França.

7 Algumas pessoas tem por costume beber em jejum, e de noute ao recolher na cama; e se isto he feito sem necessidade, he mào costume, de que se devem tirar palatinamente: porque ainda os costumes viciosos deixados de repente, daõ muito que sentir á na-
1. tureza, segundo a doutrina de Hippocrates, 1. e Ga-
2. Aphor. 5, 1 leno. Quando houver necessidade de beber em jejum, serà melhor, que a Agua assente sobre algum alimento, ainda que pouco: porque assim a receberà o estamago sem offença; que o beber em jejum, sempre se fez formidavel a quem sabe, que estando o estamago inanido, e patentes os ductos, e meatos internos, entra a Agua por elles sem defensa, e pòde causar taõ graves daunos, como se fora veneno; e poristo nume-
1. 64. Tr. 1. 12. ra Avicena 1. entre os venenos a Agua que em jejum se bebe.

CAPITULO III.

Se se ha de beber Agua fria, se quente, crua, ou cozida e das utilidades, e dannos de cada huma dellas.

1 A Agua ordinariamente se bebe fria, e assim he que faz grandes utilidades. Naõ fallamos em pessoas achacadas, fallamos nos saõs, para quem escrevemos esta obra. Estes pois, sempre devem beber Agua fria: porque se a Agua se bebe para se cozer, e destribuir o alimento: se se bebe para extinguir a sede, para temperar o calor do estamago, e das entranhas: tudo isto se consegue melhor com Agua fria, que com a quente. Porque primeiramente a Agua fria excita o appetite de comer, e fortifica o estamago, circunstancias mui principaes para se fazer bem todo o negocio da digestaõ, e das suas consequencias. E pelo contrario, Agua quente debilita o estamago, e corrompe a digestaõ, fazendo comque o alimento fluctue nella; como expressamente disse Avicenna: *Aqua frigida appetitum excitat, & stomachum fortem facit; aqua vero calida digestionem corrumpit, & facit natare cibum.* Só a Agua fria extingue brevemente a sede, tempera o estuante empyreuma das entranhas, recrea a alma, e he huma das grandes consolaçoens desta vida, quando he remedio de huma grande sede; circunstancias, que se naõ acha na Agua quente; e porisso dizia Christovaõ da Vega 2. grande Author entre os Antigos, que a Agua quente, ou tepida, a nenhum homem saõ podia ser util.

2. *De art. med.*

2 Para fazer a Agua fria estas utilidades, ha de beber-se com moderaçaõ; porque em se excedendo o modo, tudo vay perdido; e nos temperamentos quentes, e em tempo estival, e regiaõ calida, sempre se ha

de beber mais copiosamente; porque ha maior indigencia de refrigerar as entranhas, que o ar naõ tempera, e de extinguir a sede, que nos biliosos, e adustos ordinariamente he grande, quando o ar o frio, e humido a naõ modifica, e para recobrar a humidade que o corpo perde no suor, que sempre no Estio he copioso. E bebendo-se Agua fria com excesso, naõ só naõ faz as utilidades de moderada, mas antes causa muitos dannos de excessiva: porque debilita o estamago, preverte o cozimento, de que se seguem graves, innumeraveis males; enfraquece o calor natural das entranhas; offende o peito; he dannosa ao cerebro, e nervos; causa opilaçoens, cachexias, hydropezias, e muitos maes dannos.

3 Mas sem embargo de fazer grandes utilidades a Agua fria, e de a aconselharmos aos saõs: ha todavia estamagos, e naturezas, que tendo saude, se offendem com ella, e se acommodaõ melhor com a quente, offendendo-se com o vinho; nestes taes he taõ necessaria a Agua quente, como nos outros a fria; e usada com moderaçaõ, alèm de fazer melhor cozimento, e digestaõ, farà tambem a utilidade de laxar o ventre, e de temperar o calor dos rins, alimpado-os das arèas, e impedindo a geraçaõ das pedras, para cujos fins he louvada a Agua quente do commum dos Praticos, tomando-a de manhã em jejum, com assucar, ou sem elle.

4 No que toca a beber Agua crua, ou cozida, dizemos, que se a Agua he boa, nem para os saõs, nem para os doentes se deve cozer, senaõ que a bebaõ crua; e só quando for viciosa se coza, porque o fogo a purifica ainda que a faça mais crassa; sobre o que se veja o que dissemos fallando da agua de rio, no fim do numero 9. do presente Capitulo. Assim o resolve Galeno, em quanto aos doentes, *no livro sexto das Epidemias*;

demias; o que ſe deve fazer tambem quando ſe quizer, que a Agua ſeja medicada, que entaõ ſe cozerá com o que parecer conveniente.

CAPITULO IV.

Da Agua nevada, ſorvetes, limonadas de neve; e da Agua fria nos poços, e ao ſereno, e de outras bebidas.

1 SAõ tantas as utilidades, que faz a Agua nevada, que quizeramos, que todas as peſſoas uſaſſem della, aſſim para que as exprimentaſſem na ſaude, como para que a podeſſem beber ſem danno nas doenças: porque he huma circunſtancia mui neceſſaria, para ſe dar confiadamente nos males, emque ſe julgar conveniente, o coſtume de bebella, ſem o qual tememos, que a eſtranhe a natureza, e que o eſtamago ſe offenda com ella. E naõ ha duvida que a Agua de neve, que no tempo eſtival ſe bebe com moderaçaõ, naõ ſó ſerve de dilicia, e recreaçaõ para o goſto, mas de muito proveito para o corpo; porque o grande calor do Eſtio, exolve o calor natural; e o ar quente, e ſecco, como que arrara a maſſa do ſangue, e a faz diſſolver, e deſatar, de que naſcem os reumatiſmos, os catarros, as toſſes, e outros dannos, que depois de feitos, cuſtaõ muito a curar, e com o uſo da Agua de neve, facilmente ſe pódem prepedir; porque eſta Agua com a ſua frialdade actual, vigora o calor natural, que com a quentura do tempo ſe eſta exhalando; une a maſſa do ſangue, que com o ar quente, e ſecco ſe eſtá diſſolvendo.

2 Alèm diſto, a Agua nevada uſando-a com moderaçaõ, conforta o eſtamago, refrigera as entranhas, extingue a ſede, enfrea, e tempera o furor, e orgulho

da colera; que no Estio se enfurece, sendo causa de haver dores ictericas, colicas convulsivas, diarrheas, tenesmos, dysenterias, sezoens, febres ardentes, e colliquativas, e outros maes dannos, que a colera costuma causar em tempo, e regiaõ quente, dos quaes se perservará quem beber Agua de neve, e se tratar na mesa com moderaçaõ nos fruttos fugaces, e alimentos quentes.

3 Do mesmo modo aproveita a Agua de neve no Estio excitando o appetite de comer, que a calma, e o calor do tempo costumaõ destruir, aquentando o fermento do estamago, e o seu acido esurino, que excita a fome, porque a ditta Agua tempera este empyreuma, ou calor do estamago, e poem o acido, ou fermento azedo, livre do calor que o distempera de sorte, que naõ faz as suas funçoens como devia fazer.

4 As pessoas de temperamento quente, biliosas, adustas, com a Agua de neve temperaõ a acrimonia da colera, moderaõ o fervor do sangue, que no tempo quente ferve, e se fermenta com disproporçaõ, atè causar febres continentes, cursos colliquativos, suores diaphoreticos, e outros males, que com a Agua de neve se evitaõ.

5 Porèm se a Agua de neve faz todas estas utilidades, sendo moderada, naõ cousa menos dannos, sendo excessiva; porque extingue o calor natural, debilita o estamago, destroe o seu cozimento, offende o peito, enfraquece as fibras, e nervos, excita colicas, faz tremores, entorpece os espiritos, remòra a circulaçaõ do sangue, e causa estupores, parlezias, e apoplexias. Poristo he justo, que cada qual cuide muito em beber a Agua que baste para lhe fazer proveito, e que naõ sobeje para estes dannos.

6 Nas febres ardentes, e ustivas, nas continentes, nas colicas quentes, nos vomitos, e cursos cole-

ricos,

ricos, nos tenefmos, he a Agua de neve taõ util, que às vezes parece coufa de milagre, pela facilidade com qne brevemente remedea os dittos males.

7 As mefma utilidades faz a limonada nevada, em que o feu acido refrigera, e une a maffa do fangue, quando fe diffolve; e pelo que rebate o amargor da colera, e a fua effervecencia, de maneira, que curfos colericos mui precipitados, fe fufpendem com hum pucaro de limonada de neve, como obfervamos muitas vezes; e huma em nós mefmo. O mefmo fuccede com o forvete, que na força da calma nos ferve de refrigerio, e de dilicia; fendo que affim para extinguir a fede, como para temperar o calor das entranhas, e para os maes fins, para que fe daõ as bebidas nevadas, a melhor dellas he a Agua, e limonada, e em ultimo lugar o forvete: porque efte toma-fe aos bocados, como coufa folida, que he, pois eftà gelado; a Agua, e limonada, faõ humas bebidas grandes, e continuadas, que entraõ melhor pelas entranhas, e pelas veas, refrigerando mais intimamente o incendio, e fervor interno.

8 Onde naõ houver neve, nem gelo para fe esfriar a Agua, ponha-fe ao fereno, e fe esfrie em poços, procurando fempre bebella fria. Galeno 1. diz que fe coza primeiro a Agua que fe houver de esfriar, porque de pois de cozida, fe esfria mais brevemente o que he engano; porque a Agua cozida, fica mais pezada, do que era antes de fe cozer, como differmos fallando da Agua de rio no Capitulo 1. defta feffaõ, numero 9. e porifto menos capaz de receber as alteraçoens do calor, e do frio, como antes de cozida. A que fe poser ao fereno, ou fe ponha defcuberta, ou fe cubra com panno de linho, de maneira, que livrando-a do pò, e de tudo que a pòde inquinar naõ impida que della fe exhale o vapor quente, e fe introduza

1. 7. *Met.* 4.

o ar refrigerante. E aſſim a que ſe esfriar ao ſereno, como a que ſe esfriar em poço, ſerà em vaſo ou catimplóra, que naõ eſteja chea; porque o ar que nella fica, logo ſe esfria com a frialdade do ar, e do poço, e ajuda a esfriar a Agua.

9 Aduertimos porém, que naõ uſem da Agua de neve as peſſoas que ſe reconhecerem fracas de eſtamago, nem as que forem de temperamento frio, nem as que tiveſſem alguma queixa de nervos, ou padeceſſem eſtupores, e parlezias legitimos; ou foſſem achacados de aſma humida, ou tenhaõ o peito debilitado, ou ſejaõ ſogeitos a catarros de cauſa fria, ou tiveſſem padecido obſtruçoens do baço, ou de qualquer das entranhas; porque ainda que eſtejaõ livres deſtas queixas, ſempre na quellas partes, que as padeceraõ fica huma debilidade, ou diſpoſiçaõ para ſe offenderem com afrialdade taõ intenſa, como he a de neve; o que ſuccederá tambem nas mulheres, que naõ forem bem regradas, e nas que pariſſem muitas vezes, cujo utero enfraquecido dos partos, ſe offenderà inſignemente com a Agua de neve, ou de gelo, que val o meſmo, em quanto aos gráos, e intenſaõ da frialdade. Tambem naõ devem uſar de Agua nevada os velhos, principalmente ſe naõ foſſem criados com ella, e a naõ bebeſſem continuamente namelhor idade; porque nos velhos a eſtranharáõ muito os nervos, e os eſtamagos, e maes entranhas, depauperadas de calor natural, que na ſenilidade he pouco vigoroſo, e brevemente acabaràõ a vida, como ſucedeo ao Cardeal Pompeo Colona, ſendo Vice-Rey de Napoles, do qual conta Paulo Jovio nas vidas dos Varoens illuſtres, que entrando a comer figos nevados, logo com o primeiro lhe deraõ ſubitamente taes convulſoens por todo o corpo, que em pouco tempo rendeo a alma ao Criador della. E em conſideraçaõ dos danos

nos que muitas vezes faz a Agua de neve, disse Aulo Gelo, que sendo fecunda para os campos, e fruttos, era prejudicial para os homens; e Plinio, 1. que a reprovou, disse, que usavaõ os homens da neve, fazendo gosto do que os montes sentiaõ por castigo: *Hi nives, illi glaciem potant, pœnasque montium involuptatem gulæ vertunt.*

10 Os Castelhanos que saõ famosos pocionarios, usaõ muito de huma bebida, que no seu idioma chamaõ *Aloja*, a qual preparaõ em agua com mel, ou com assucar, mas o mais commum he com mel, em porçaõ bastante para ficar com moderada doçura; a que ajuntaõ alguma cousa de canella, ou cravo, e algumas vezes çumo de limaõ azedo; e de que resulta huma bebida agradavel, que em tavernas publicas se vende nevada, e se bebe geralmente com grande frequencia, sem offença do estamago, mas antes com utilidade sua, e das maes entranhas, que no tempo do Estio se abrazaõ, e achaõ complacencia nesta bebida, pelo refrigerio da neve, que as naõ offende, pela mistura dos aromas, e do mel com que se prepara.

11 Tambem das ginjas doces, e azedas, e das romans, preparaõ outras bebidas, tirandolhe o çumo, misturando-lhe assucar, e algum vinho vermelho: e ficaõ bebidas muito agradaveis ao gosto, e cordeaes, que corroboraõ o coraçaõ, temperaõ o calor das entranhas, confortaõ o estamago, e modificaõ o fervor do sangue, e a sua estuaçaõ.

CAPITULO V.

Do Vinho, & suas differenças.

1 O Vinho he quente, e secco, ainda que Aristoteles 1. o teve por humido; o que pa- 1. *Sect. 1. probl. m. 17.*

parece que naõ negou Galeno, quando disse, que o Vinho nutria brevissimamente, pala muita humidade, que tinha; sendo assim, que o Vinho tirado de uvas maduras, depois de bem fermentado, e cozido nas pipas, naõ tem mais humidade, que a actual, que he a que tem toda a cousa fluida; porèm esta naõ faz qualidade, que constitua temperamento.

2 Do Vinho ha varias differenças, porque differem por muitos principios. Differem pela propria sustancia, e natureza; porque huns saõ brandos, outros fortes. Pelo sabor; porque huns saõ doces, outros azedos, e acerbos. Pela cor: porque huns saõ brancos, outros negros; huns louros, e palhete; outros vermelhos, e rosados. Pelo cheiro; porque huns saõ mui fragrantes, outros pouco odoriferos. Pela idade; porque huns saõ novos, e frescos; outros de meia idade, e bem cozidos; e outros antigos, e mais defecados.

VINHOS BRANDOS.

3 OS vinhos brandos, saõ aquelles a que chamaõ aquosos, pela sua froxidaõ, e pela semelhança, que tem com a agua na tenuidade, na cor, no sabor, e na falta de cheiro, e porque soffrem pouca mistura de agua, quando com ella se diluem; estes saõ pouco quentes, e nutrem pouco; mas saõ mais diureticos, que todos os outros; e naõ só movem a ourina, mas tambem todas as maes evacuações, pela celeridade, e prontidaõ com que se destribuem por todo corpo. Estes Vinhos naõ aquentaõ muito, nem offendem a cabeça, e os nervos, ainda que fracos; e saõ proprios para naturezas quentes, e delicadas, e para os velhos que tem pouco calor natural, e naõ podem soffrer sem offensa outros mais fortes.

CAPI-

VINHOS FORTES.

4 OS vinhos fortes, a que chamaõ vinosos, e generosos, saõ os que vencem a agua na mistura, ainda que se faça igual; e quanto mais generosos saõ, mais calor, e maior seccura tem. Estes offendem a cabeça, e os nervos, fazem gotta arthetica, e reumatismos, excitaõ febres, e outros dannos de calor; e por isto naõ servem para naturezas quentes, e debilitadas; e saõ mais proprios para pessoas de temperamento frio.

VINHOS DOCES.

5 OS Vinhos doces saõ moderadamente quentes; nutrem muito; e as entranhas os recebem com desejo, e os detem com gosto; porque naõ ha nelles qualidade irritante, que lhe desperte as suas oscilaçoens; e como se dilataõ muito no estamago, e elles saõ crassos, fazem sede, causaõ obstrucçoens, intumecem os hypocondrios, daõ de si muitos flatos; convertem-se em colera; e geraõ pedra nos rins. Mas naõ offendem a cabeça, nem os nervos, nem o peito; e nos males do bofe os aconselhaõ alguns Praticos, como naõ seja nas inflammaçoens, ainda que na declinaçaõ dos pleurizes, os concedem outros por expectorantes. Embebedaõ menos, que os Vinhos acres, e quando fazem alguma temulencia, he com sopor, e com sonno, assim como os Vinhos acres com delirios.

VINHOS AZEDOS.

6 OS Vinhos azedos, austeros, e acerbos, saõ frios, tem pouco calor, nutrem pouço;

co; deſtribuem-ſe mal, dilataõ-ſe muito no eſtamago, e ventre; naõ paſſaõ às veas com facilidade, de que ſe ſegue o encaminharemſe as vias da ourina, como diureticos, qual he o Vinho do Rhim; e o Vinho verde da Beira, e do Minho. Saõ adſtringentes, e por iſto os uſa Galeno nas feridas, e nos froxos do ventre.

VINHOS BRANCOS.

7 OS Vinhos brancos, huns ſaõ aquoſos, e brandos, outros vinoſos, e fortes; eſtes mais quentes, que aquelles; mas todos menos, que os negros, e que os louros, e palhetes: *Ex Vinis al-*
1. 3 Acut. 6. *bis* (diz Galeno 1.) *nullum valenter calefacere poteſt; quod enim ſummè calidum eſt, continuò & flavum exiſtit, veluti & quod ab ipſò eſt fulvum, mox ab his rubrum, & deinde dulce; album autem minus quidem his omnibus calefacit.* Vulgarmente ſe diz, que os Vinhos brancos ſeccaõ mais que os outros; iſto he engano. Todos os Vinhos ſeccaõ, porque ſaõ quentes, e
2. Ubi ſupra. ſeccos; porém os brancos aquoſos, ſeccaõ menos que todos; e Galeno 2. os prefere quando concede Vinho aos febricitantes; e Avicena 3. aconſelha aos ſãos;
3. 2. Can. 37. que no Eſtio bebaõ eſte Vinho branco, naõ ſó porque entendeo que aquecia, e ſeccava menos que os outros, mas por lhe parecer que humedecia; havemos de tranſcrever as ſuas palavras, para ver ſe podemos tirar eſta mal merecida opiniaõ dos Vinhos brancos: *Vinum album, & ſubtile aquoſum, calefactis eſt melius: non enim capitis efficit dolorem, ſed quandoque humectabit.* Eſta opiniaõ deveo de naſcer de ſerem os Vinhos brancos diureticos, e evacuando as humidades pelas vias da ourina, entenderiaõ, que vinhaõ a ſeccar accidentalmente o corpo. Se naõ foi, que por nutri-

rem

rem menos, entenderaõ, que ſeccavaõ mais, que os outros, que ſaõ craſſos, e maes nutrientes. Em ſerem diureticos excedem aos mais os Vinhos brancos: e naõ tem adſtringencia alguma, como muitos cuidaõ; com Galeno, 4. que entendeo que eraõ levemente adſtringentes: porque ha experiencia de que o ventre ſe laxa bebendo-os, principalmente ſendo lypmhados; donde vieraõ a dizer outros, que o Vinho branco humedecia o ventre. Se os Vinhos brancos forem auſteros, ou azedos, eſtes, que ſe naõ devem numerar entre os Vinhos quentes, naõ ha divida que alguma adſtricçaõ tem.

4. 3. *Acut. com.* 2.

VINHOS NEGROS.

8 OS Vinhos negros nutrem mais que os outros, e geraõ muito ſangue, mas he excrementicio, craſſo, e melancolico; e quanto mais negros, e craſſos, menos generoſos ſaõ; cauſaõ obſtrucçoens, hydropezias, geraõ pedra, e offendem os velhos. Se forem auſteros, rem virtude adſtringente, comque aproveitaõ nos froxos do ventre, e de ſangue em que Galeno 5. concede Vinho craſſo, negro, e acerbo.

5. *Galau* 14.

Os Vinhos negros tenues, e delgados, abrem os meatos, deſopilaõ, movem ſuores, e a ourina; nutrem menos, que os craſſos.

VINHOS LOUROS, E PALHETES.

9 OS Vinhos louros, e palhetes, tomaõ eſta cor por ſerem antigos: que os novos, ou ſaõ brancos, ou negros, ou vermelhos; e com o tempo ſe fazem louros, e palhetes; e ſaõ mais quentes, que todos os outros, o que affirmou Galeno 1. quando

1. 12. *Meth.* 4.

do disse: *Calidissimum ergo ex jam dictis, si colorem spectes, flavum est.* E em outro lugar 2. *Quotquot au-*
2. *tem in ipsis calidissima sunt, omnia certè flava sunt.*
5. *De* São estes Vinhos mui penetrativos, e poristo soccor-
sanit. rem prontamente aos syncopizantes, e aos hydropicos; porque restauraõ brevemente as forças; mas offendem muito em naturezas quentes; ferem a cabeça, e os nervos; cau-saõ febres, comichoens, impigens; fazem froxos desangue, e embebedaõ facilmente.

VINHOS VERMELHOS

10 OS Vinhos vermelhos, e rosados, huns saõ mais fortes, que outros. Os que saõ crassos, e tem a cor quasi negra, nutrem muito, e saõ mais brandos; destribuem-se de vagar, causaõ obstruçoens, e hydropesias. Os que saõ generosos, e penetrativos, nutrem menos, e naõ opilaõ, mas antes incindem, e adelgaçaõ os humores crassos, que fazem as opilaçoens, e mundificaõ a massa do sangue pelos rins.

VINHOS CHEIROSOS.

11 OS Vinhos mui cheirosos saõ mais quentes, que os que cheiraõ pouco; mas saõ melhores; porque o bom cheiro no Vinho, attesta bondade de sustancia, e incorruptiblidade della. Elles restauraõ muito as forças, confortaõ os espiritos, alegraõ o coraçaõ, e recreaõ todo o corpo. Saõ bons para os velhos, e debilitados tem lugar nos achaques do peito procedidos de causa fria, naõ havendo febre. Porèm offendem a cabeça, e os nervos; e poristo se naõ devem conceder nos que padecerem catarros, defluxoens, reumatismos, gotta artetica, e dores de cabeça.

VI-

VINHOS NOVOS.

12 OS Vinhos novos, que retem ainda a doçura do moſto, ſaõ aquoſos, fracos, craſſos, de difficultoſo cozimento, e deſtribuiçaõ, porque ſe demoraõ muito tempo no eſtamago, e ventre; e nem deſcem por eſte, nem pelas vias da ourina, e poriſto cauſaõ obſtrucçoens, inchaõ, e diſtendem os hypochondrios, perturbaõ o ſonno, geraõ pedra, principalmente ſe forem craſſos, turvos, e mal defecados, como coſtumaõ ſer todos os Vinhos novos em que ſe conſervaõ algumas partes fermenteciveis do moſto, com as quaes excitaõ febres, cauſa eſquinencias, pleurizes, eriſipelas, e outras inflamaçoens internas, e externas.

VINHOS VELHOS.

13 OS Vinhos muito velhos ſaõ calidiſſimos, e tanto devemos reprovallos, como os novos; porque ſobre eſquentarem inſignemente, nutrem menos, e offendem mais que todos; principalmente ſe logo quando novos foraõ generoſos: porque eſtes com o tempo ſe fazem mais acres, e vinoſos, e tem mais intenſo calor. E huns, e outros offendem a cabeça, e os nervos, cauſaõ ſede, intemperaõ as entranhas, excitaõ colicas ictericas, ſeccaõ o corpo, e embebedaõ com facilidade; fazem grandes dannos em naturezas quentes, em que ſe naõ devem conceder, ſenaõ mui dilutos; e em naturezas frias, ſó ſe devem uſar mais como medicamento, do que como alimento: porque alèm de fazerem os referidos males, nutrem taõ pouco, que quaſi ficaõ fóra da claſſe dos alimentos: *Vinum vetus* (diz Avicena B.) *eſt quaſi*

A. I. 3. I. Doct. 2. c. 8.

quaſi medicina, & pauci exiſtit nutrimenti.

VINHOS DE MEIA IDADE.

14 OS Vinhos de meia idade, ſaõ os melho-
res para os enfermos, e para toda a ida-
de; porque já o tempo os tem baſtantemente defeca-
2. dos; e ſaõ moderados no calor; o qual creſce nos Vi-
Lib. 5 nhos com o tempo; de ſorte que quando novos tem
c. 7. pouco, na meia idade tem muito, e muito mais quan-
3. do ſaõ de muitos annos. A meia idade nos Vinhos ge-
3. *Lib* neroſos, entre os Antigos era de ſette annos; ſegundo
de medi. eſcreve Dioſcorides 2. Em Roma antiga havia oiten-
dicina ta differenças de Vinhos nobres, conforme diz Gale-
ſecund. no, 3. que ſe conſervavaõ vinte annos, como affir-
gener. ma Plinio; 4. E fallando Galeno 5. no Vinho Sabino,
4. diz que ainda no ſexto anno naõ eſtava capaz de ſe
Lib. 14. beber: *Quo circa citius ſexto anno nobile Sabinum*
cap. 12 *idoneum non eſt.* E o aguapè deſtes Vinhos taõ gene-
5. roſos, dura em Italia hum anno. Nos Vinhos ordina-
Lib. De rios, era a meia idade de dous annos atè quatro. Em
Eu- Portugal, onde ſenaõ colhem Vinhos inteiramente
chym. maduros, ſerà a ſua meia idade hum anno perfeito.
11.

AGUAPE'.

15 AGuapè he agua que ſe lança no bagaço, de pois de ſe lhe haver tirado o Vinho, com a qual ſe fermenta dois ou tres dias. He branda, flatulenta, mas util para peſſoas de temperamento quente, ás quaes ſeja preciſo uſar de Vinho. He muito diuretica, como ſe verá adiante no *Capitulo 7. numero. 3.*

CA-

CAPITULO VI.

Qual seja o melhor Vinho; se devem usar delle as pessoas, que tem saude; em que quantidade se hà de beber; e das utilidades, e dannos, que causa.

1 GEnericamente fallando, o melhor Vinho he aquelle, que em Regioens quentes, ou temperadas, se tira de uvas maduras, e que de pois de cozido, e defecado nas pipas, he claro, e algum tanto vermelho, nem muito tènue, crasso, nem muito forte, nem muito debil; de sabor entre doce, e austero, e que he odorifero, e de hum, ou dous annos. Algumas naturezas por particular analogia de seus temperamentos, daõ-se melhor com huns Vinhos, que com outros. Huns gostaõ de Vinho branco, e brando, outros do vermelho, e generoso, e achaõ nelles maior utilidade. Outros acommodaõ se melhor com o louro, e palhete. E para cada qual o melhor Vinho, he aquelle com que melhor se dá o seu estamago, e de que recebe maior beneficio a sua natureza.

2 Pergunta-se se os que tem boa saude haõ de beber Vinho? Respondemos, que os que tem saude, pòdem comer, e beber o que quizerem, naõ excedendo os limites da moderaçaõ. A bebida mais propria para elles, he a agua: porque ella he a que mitiga a sede, que he a que obriga a beber aos que tem saude; nella se coze o alimento no estamago, com ella se destribue de pois de cozido; e com ella se expurgaõ os excrementos pelos seus ductos, que saõ os fins para que se bebe, quando naõ ha queixa que particularmente persuada a beber Vinho: que havendo-a, já estamos fora do estado da saude, e dos termos da questaõ. He

verdade, que algumas pessoas, ainda que tenhaõ saude, saõ de taõ debil, e fria natureza, que necessitaõ de beber Vinho, sem embargo de que naõ tenhaõ achaque, a que se deva. Outros, que trabalhaõ, e se exercitaõ muito, com grande dispendio de espiritos, necessitaõ de beber Vinho, para restaurar os espiritos perdidos, e alentar as forças, que com elle brevemente se recobraõ. Os pobres, que ordinariamente vivem de de seu trabalho, comendo alimentos de pouca sustancia, he muito necessario, que bebaõ Vinho. Porèm os Cavalheiros, os Principes, os homens ricos, que poem huma mesa de alimentos solidos, e mui nutrientes, escusaõ de beber Vinho principalmente quando frequentaõ as bebidas de chocolate, chá, e caffé, comque se ajuda o calor do estamago, para boa dissoluçaõ dos alimentos, dissipacaõ dos flatos, que das cocçoens resultaõ. Mas se todavia tiverem temperamento frio, e humido: se andarem debilitados, e se o estamago cozer com dilaçaõ, e com enfado; bem pòdem beber Vinho aos comeres, que acharàõ nelle grande utilidade. Galeno 1. notou que Hippocrates nunca aconselhàra o Vinho como alimento, se naõ como medicamento; porque como alimento, entendeo que se escusava, quando havia outros de que se compossessem as mesas, e para beber, achou melhor a agua do que o Vinho.

3 A quantidade que se ha de beber, naõ se pòde determinar para todos. Os trabalhadores, e os que se excercitaõ com tal violencia, que gastaõ muitos espiritos, necessitaõ de beber mais. Os que o tomaõ só por ajudar os cozimentos, comendo cousas sustanciaes, com que se reparem da perda dos espiritos, e sangue, que nas nutriçoens se gastaõ, estes devem beber menos. Ordinariamente bastará de meio atè hum quartilho, quando muito; o mais já se roça em temulen-

cia.

cia. E o tempo de bebello ha de ser aos comeres, e fora delles por nenhum caso.

4 Os meninos que tem saude, naõ devem criarse com Vinho; porque saõ muito quentes, e ordinariamente se offendem com elle. *Pueris quidem* (diz Avicenna 2.) *Vinum ad bibendum dare, est sicut ignem igni addere in lignis debilibus.* E se Hippocrates algumas vezes o concede nos meninos, he lymphado, ou diluto com agua, para que fique menos secco, mais humido, e mais analogo à sua natureza.

2. 3 1. *Doct.* 2. 8.

5 Nos velhos tem lugar o Vinho; e Avicenna diz que he o leite da senilidade; 3. porque lhes aquenta as entranhas frias, e debilitadas, dá vigor aos espiritos, e à massa do sangue, e faz sair pelas vias de ourina as muitas serosidades de que abundaõ os velhos; e porque estes ordinariamente tem a cabeça debil, adverte o mesmo Avicenna, que naõ bebaõ tanto Vinho que lha offenda. Mas sem embargo de que o Vinho se conceda aos velhos, como, leite da sua idade: alguns póde haver que o naõ sofraõ sem danno; porque os velhos que forem de natureza quente, biliosos, e adustos, se o beberem, ha de ser com prejuizo seu. Neste taes he melhor a agua, que os humedeca, do que o Vinho, que os desseque quando elles por razaõ da idade naturalmente se vaõ seccando.

3. *Ubi supra*

4 Na juvenilidade parece se escusa o Vinho: porque nestes annos está vigoroso o calor natural, e fortes as partes do corpo, e naõ necessitaõ della. Pòrem isto naõ pòde ser em todos; e naturezas haverà, que necessitem, ainda tendo saude. Galeno, 1. que o nega atè os vinte, e dous annos, o concede moderado desde estes atè os trinta; e Avicenna no lugar allegado: *Et juvenibus* (diz) *da ipsum temperatè*. E he certo que sempre se deve usar do Vinho dentro dos limites da sobriedade, e moderaçaõ; que assim he de

1. *Lib. quòd animi mor.*

 mui-

muita utilidade ao corpo; porque ajuda os cozimentos, vigora o calor natural, alegra, e conforta o coraçaõ; augmenta os espiritos, refaz as forças, attenua, e a delgaça asfleumas; expurga a colera pelas vias da ourina; e promove a expulsaõ de todos os excrementos pelos seus ductos.

7 Mas se o Vinho moderado faz todas estas utilidades, naõ causa menos dannos sendo excessivo; porque esturra os alimentos no estamago, debilita o calor natural, faz muita sede, e intemperanças nas entranhas; aquenta muito, e faz ferver a massa do sangue; causa hydropozias, naõ só tympaniticas, mas anarsarcas, e ascites; faz accidentes epileticos, estupores, parlezias, apoplexias, gotta arthetica, reumatismo, tremores de mãos, fastio, vomitos, pleurizes, eoutras inflamaçoens internas, e externas, e outros muitos dannos naõ só de calor, mas de frialdade; porque sendo muito, naõ o pòde cozer, nem regular a natureza, e causa achaques frios, como senaõ fora
2. quente, e secco. He expressa doutrina de Galeno, 2.
3 De por estas palavras: *Vinum ubi plús bibitur, quam ut*
temper. *vinci possit, tantum abest ut animal calefaciat, ut eti-*
Cap 2. *am vitia frigida gignat; quippé apoplexiæ, & paraplixiæ, & quæ græcè caros, & comata vocamus, & nervorum resolutio*; &c. E naõ só causa estes incommodos ao corpo, mas tambem offende a alma bebendo-se com excesso: porque perturba a luz da razaõ, excita a ira, e precepita os homens a actos torpes, e libidinosos. Poristo os Lacedemonios, e Carthaginenses p ohibiraõ totalmente nas suas leys o Vinho aos que se occupavaõ nas Campanhas, aos escravos na Cidade, aos Principes, e Magistrados, aos Governadores, e aos Juizes no tempo de seu governo, considerando, que o Vinho os faria errar, perturbandolhes o entendimento, e offendendo-lhes arazaõ.

CA-

CAPITULO VII.

Se o Vinho se ha de beber puro, se lymphado?

1 PAra temperar o calor do Vinho, e perpedir os dannos que delle puro se pôdem seguir, se aconselha, que se lhe misture agua; no que nos pareceo dizer, que quem beber o Vinho por remedio, como ha de ser em pouca quantidade, beba-o puro; que com os alimentos, e com a agua, que se bebe, lá se vem a lymphar no estamago. E se os Medicos lhe disserem que o beba com a gua, satisfaça ao que lhe ordenarem. Porèm os que o beberem por gosto, e por regalo, he bem, que o bebaõ aguado, principalmente se os Vinhos forem vinosos, fortes, e generosos; porque se tempera o seu grànde calor, e secura com a frialdade, e humidade da agua; e esta com a mistura do Vinho, fica mais penetrativa, destribue-se melhor, e entra mais facilmente pelas entranhas, e assim tempera o calor dellas, e mitiga a sede muito melhor do que se fosse a agua pura. He verdade que ha de haver sua differença em lymphar o Vinho, e em temperar a agua com elle, fazendo-a avinhada. O temperar, ou avinhar a agua, faz-se com muita agua, e pouco Vinho; esta nunca serve para os saõs, senaõ para os doentes, que padecem obstrucçoens, a fim de que possa a agua permear por elles, e destribuir-se melhor; e para isto basta que a agua fique com huma pequena representaçaõ de Vinho.

2 No lymphar o Vinho, nunca a agua ha de ser tanta, que oiguale, nem exceda; que isto he o que reprovou Hippocrates, 1. e Galeno, quando attribuiraõ ao Vinho diluto alguns dannos. Sempre ha de exceder o Vinho à agua. A quantidade desta naõ se pó-

1. 2. *Acut.* 34.

 de

de de terminar; que naõ ha de ser sempre a mesma: porque ha de variar pelo temperamento de quem o ha beber de beber, pela sua idade, pela quadra do anno, e pela natureza do mesmo Vinho. Se quem houver de beber o Vinho, tiver temperamento quente, idade juvenil, e for no Estio, deve ser o Vinho mais lymphado. Se o temperamento for frio, a idade decrepita, o tempo de Inverno, deve ser menos diluto. Assim tambem se o Vinho for brando, ha de misturarse-lhe menos agua, que ao que for forte. Comque sempre vem a ficar arbitaria, e condicional a quantidade da agua comque se ha do fazer a lymphadura do Vinho. Se elle for generoso, e forte, poderá sofrer a terça parte de agua; se for aquoso, froxo, sofrerá a quarta parte; mas nunca, por mais generoso, que seja, se lhe misturará igual quantidade de agua; e a que se lhe houver de misturar, será huma, ou duas horas antes que se haja de beber. He o Vinho lymphado util aos biliosos, e de temperamento quente, aos siticulos, aos vigilantes, porque concilia sonno; e aos syncopizantes por exhaustos de evacuaçoens grandes.

3 O Aguapè, a que os Latinos chamaõ *Lora*, póde-se reputar por Vinho lymphado, pela muita agua que tem, por razaõ da qual he frio, ou temperado; mas he flatulento, e excrementicio; offende a cabeça; e he muito diuretico, principalmente se se tira das uvas doces, que o que sahe das acerbas, e azedas, he menos diuretico.

4 Do Vinho mosto fervido atè engrossar, se faz o Arrobe, de que muita gente usa, como do melaço, que vem do Brasil; elle nutre muito porèm coze-se, e destribue-se mal, causa obstrucçoens, e flatos; he para trabalhadores, e pessoas do povo, que se criaõ com alimentos grosseiros, e se excitaõ muito.

CA-

CAPITULO VIII.

Propoem-se algumas advertencias, que se devem observar no uso do Vinho

1 DO que temos ditto nos Capitulos antecedentes, se tiraõ as advertencias seguintes para o uso do Vinho. A primeira he: que as pessoas de temperamento quente, e secco, de qualquer idade, e condiçaõ, que sejaõ, escusem o Vinho, porque se offenderàõ muito com elle. E quando por alguma queixa lhes pareça, que o necessitaõ, para o beber se aconselhem com Medico douto, e se for douto, e abstemio, naõ será peior.

2 A segunda advertencia, he que os meninos se naõ criem com Vinho, porque se abrazaràõ com elle; razaõ por que Galeno o nega atè os vinte, e dous annos. A terceira: que as amas de leite naõ bebaõ Vinho; porque serà o leite muito quente, acre, e mordaz, e fará grandes dannos ás criancas. Daqui nascem muitas vezes os usagres, as comichoens, e pustulas, que os meninos padecem.

3 A quarta, que os que beberem Vinho, lhe lancem agua, huma, ou duas horas antes naquella porçaõ, que o Vinho sofrer; e o temperamento de quem o bebe, e a estaçaõ do anno permittir; como dissemos no numero 2. do Capitulo antecedente. A quinta: que o Vinho que se beber seja claro; tenue, algum tanto vermelho, odorifero, de bom sabor, e com as maes condiçoens, que exposemos no numero 1. do Capitulo 6. desta Sessaõ; e que sempre que se beber, seja moderado.

4 A sexta; que naõ bebaõ Vinhos novos, nem muito velhos, senaõ de meia idade, pelas razoens,

que diſſemos nos numeros 12. 13. e 14. e do Capitulo 5. A ſettima: que os que forem fracos do cerebro, e dos nervos, naõ bebaõ Vinho, ſalvo ſe por algum achaque o houverem miſter; e bebendo-o, ſerá lymphado ó mais que poder; porque miſturando-lhe pouca agua, embebeda com facilidade, penetrando logo ao cerebro, e nervos, muito, mais brevemente, do que ſendo puro, ou muito lymphado.

5 A oitava; que ningem beba Vinho eſtando em jejum, ou com grande fome: porque aſſim, penetra logo ao intimo do corpo, offendendo as entranhas, a cabeça, e os nervos. A nona: que pelas meſmas razoens ſe naõ beba Vinho depois de algum exercicio forte, ou de hum ſuor copioſo. A decima: que os que forem coſtumados a beber muito Vinho, ſejaõ moderados no comer: porque ſe bebendo muito, comerem com exceſſo, naõ poderá a natureza com hum, e outro enchimento, e neceſſariamente ſe haõ de ſeguir alguns dannos.

6 A undecima; que os que beberem Vinho tendo muita ſede, o naõ bebaõ puro, ſenaõ aguado; porque eſte extingue-a, aquelle acreſcenta-a. A duodecima: que quando ſe comerem alimentos craſſos, frios, e de difficil cozimento, e digeſtaõ, ſe beba Vinho forte, e em maior porçaõ, do que comendo alimentos tenues, a de facil commutaçaõ, ſobre os quaes ſe beberá Vinho brando, e em menos copia. A decimaterceira; que quando ſe beber Vinho, ſó para conſervar as forças, ſeja de meia idade, claro, rubro, odorifero, de bom ſabor, nem muito forte, nem muito debil; na quantidade, ſegundo o cuſtume de cada qual, que ſempre deve ſer nos limites da moderaçaõ.

7 A decimaquarta; que quando ſe uſar do Vinho para nutrir, e impinguar as peſſoas magras, ſe eſcolha o Vinho doce, craſſo, e negro, ou baſtantemente co-

rádo

rádo: porque eſtes ſaõ os mais nutrientes. A decimaquinta: que quando ſe beber para naõ engordar, ſe uſe de Vinho branco, ou pouco corádo, e tenue: porque he o que menos nutre.

8 A decimaſexta; que quando ſe uſar de Vinho para ajudar o cozimento de eſtamago, ſe buſque forte, e generoſo, ſutil, fragrante, e moderado na cor. E quando ſe beber para confortar as forças, ſerá craſſo, pontico, negro, ou vermelho, que eſtes como ſaõ mais adſtringentes, confortaõ melhor.

9 A decimaſettima; que nunca em huma meſma meſa ſe bebaõ dois Vinhos diverſos, nem juntos, nem ſeparados: porque tendo contrarias qualidades, nunca ſe uniràõ de ſorte, que naõ cauſem algum enfado à natureza, de que reſultaràõ cruezas, como quando ſe uſa de alimentos diverſos, e differentes na ſuſtancia, e nas qualidades, de que naſcem indigeſtoens, cruezas, e outros dannos, qne deſtes ſe ſeguem.

CAPITULO IX.

Da Agua ardente, eſpirito de Vinho, da Agua da Raynha de Hungria, e do Arrobe de Vinho.

1 DO Vinho ſe tira a Agua ardente, e o eſpirito, que ſaõ licores ſutis, e inflammaveis. A Agua ardente he calida, e ſecca em alto grão. He muito util nas naturezas frias, e humidas, e em peſſoas groſſas, e nos velhos, e nos que tem o eſtamago debil por falta de calor, porque tomada com moderaçaõ, conforta o eſtamago, ajuda o ſeu cozimento, aquenta as entranhas, diſſipa os flatos, conſome as fleumas, alenta os eſperitos, vigora o coraçaõ, anima o ſangue, facilita a ſua circulaçaõ, reſtaura as forças, e he remedio nas ſyncopes, nas apoplexias,

xias, nas virtigens, nos lethargos, dando huma, ou duas colheres della, com que muitas vezes tornaõ a si os que padecem estes achaques. He remedio nas contusoens, e parlezias, applicando-a quente nas partes contusas, e paralyticadas; nas queimaduras, e erisipellas; e nas dores de causa fria, em qualquer parte que as padecer. Naõ se deve usar nos meninos, nem nas pessoas quentes, e seccas, nem nos melancolicos adustos, nem nos que padecem proidos, sarnas, impigens, ou outras quaesquer queixas de calor.

2 A Agua ardente usada com excesso, e em naturezas biliosas, e adustas, faz gravissimos dannos: porque excandece as entranhas, esturra o alimento no estamago, causa sede, abraza o coraçaõ, excita febres, fazendo ferver a massa do sangue; embebeda; agita desordenadamente os espiritos animaes; faz catarros, reumatismos, gotta arthetica, colicas quentes, e convulsivas, hydropezias, apoplexias; e finalmente destroindo a economia das partes fluidas, e solidas do corpo, he causa de outros muitos dannos, às vezes mortaes.

3 Os mesmo dannos, e utilidades faz o espirito de vinho em menos quantidade por ser mais inflammavel, que a Agua ardente. Desta, destillada em Banho de Maria com flor de alecrim, se faz a Agua da Rainha de Hungria, que alèm de ter as mesmas virtudes, que a Agua ardente, e o espirito de vinho, he remedio de muitos males, que procedem de causa fria, particularmente nos da cabeça, e nervos, por razaõ da flor do alecrim. Ella conforta o estamago, e os nervos, e serve para todos os seus males, que nascem de humores fleumaticos, e frios; anima os espiritos, e a massa do sangue; cura as vertigens, que procedem do estamago fraco, tomando huma colher della em caldo de gallinha de manhã em jejum alguns dias,

como

como nòs obſervamos em caſos que referimos nas noſſas obſervaçoens. Nas ſyncopes he remedio pronto, porquè reſtaura muito os eſpiritos, e dá vigor aos que eſtaõ deſalentados. Uſada com frequencia em naturezas quentes, ou com exceſſo em naturezas frias, faz os dannos, que diſſemos da Agua ardente.

4 Do vinho moſto ſe faz o ſeu Arrobe, fervendo o moſto a fogo forte, atè ficar doce, e taõ groſſo, como o melaço do aſſucar que vem do Braſil. He mais para alimento, que para bebida; e nas terras em que ſe faz, comem-no com paõ torrado, como ſe fora chocolate. He o Arrobe quente, e ſecco; comido com moderaçaõ conforta o eſtamago, a juda o ſeu cozimento, diſſipa os flatos, e nutre muito. Se ſe uſa com exceſſo, aquenta as entranhas, perverte a chylificaçaõ, cauſa flatulencias, e indigeſtoens.

CAPITULO X.

Da Cerveja.

1 A Cerveja he bebida, que inventaraõ as Regioens do Norte, da qual uſaõ com frequencia, e com exceſſo; A ſua compoſiçaõ he varia: porque huns a compoem de farinha de trigo, de cevada, e de avea, e de agua, e vinagre, ajuntandolhe algumas ervas amargoſas, como, a loſna, lupulos, e outras, ſegundo a deſcriçaõ de quem a prepara; e poriſto ha entre as Cervejas ſuas differenças, aſſim no ſabor, como na textura, e no temperamento. A mais ordinaria he feita de agua, cevada, e lupulos. A que he feita de maior porçaõ de cevada, e vinagre, he fria; a que ſe faz com maior porçaõ de avéa, e trigo, he quente. Humas fazem-ſe mais tènues, outras mais craſſas; eſtas cozem-ſe, e deſtribuem-ſe mal,

cauſaõ

causaõ obstrucçoens, mas saõ mais nutrientes. Aquella cozem-se brevemente, destribuem-se com facilidade, nutrem pouco, e provocaõ a ourina. Porèm a Cerveja boa, ha de ser clara, bem cozida, nem muito nova, nem muito antiga, e naõ ha de ser azeda. Sendo desta maneira, dizem, que tem virtude aperiente, e diuretica, que refresca muito, conforta as entranhas, nutre bem o corpo, accrescenta as forças, e gera bom sangue; assim se le na Escola de Salerno, 1.
1. Cap 46. nestes versiculos :-

Crassos humores nutrit cerevisia, vires
Præstat, & augmentat carnem, generatque cruorem.

2 E confirma-se isto com o que se observa nas terras do Norte, onde se usa muito da Cerveja, cujos moradores saõ mais grossos, e bem nutridos, do que os de outras terras, onde se usa do vinho, e naõ da Cerveja. Porèm ainda que a Cerveja tenha estas virtudes, que della conta a Escola Salernitana, ella mesma adverte, que se beba com tal moderaçaõ, que naõ grave o estamago, e naõ excite alguns dannos: 2.

2. Cap 18. *De qua potetur, stomachus non inde gravetur.*

2 E naõ ha duvida em que usada com excesso, faz muitos males: porque embebeda muito tempo; e se a Cerveja he turva, ainda que nutra muito, faz o danno de obstruir, principalmente os ductos da ourina, e por isto he dannosa aos calculosos; he mui flatulenta, e difficulta a respiraçaõ: Se he fresca, ou mal cozida, naõ se coze no estamago, incha o ventre, causa colicas, e fermenta-se dentro no corpo, excitando febres, causando ardores de ourina; e purgaçoens, como gonorrheas. E ainda que seja muito boa,

bebi-

bebida com largueza, sempre he nociva: porque offende os nervos, e a cabeça, excita febres, he infensa aos que padecem pedra, causa cruezas, indigestoens, e colicas; donde veio a exclamar o Poeta Abrincense:

Nescio quòd Stygiæ monstrum conforme paludi,
Cervisiam plerique vocant, nil spissius illa
Dum bibitur, nil clarius est, dum mingitur, unde
Constat, quòd multas fæces in ventre relinquat.

3 E como quer que seja, para os saõs he bebida escusada; porque se se quizer para refrescar as entranhas, e extinguir a sede, para isto he melhor a agua de neve, a limonada, e o sorvete. Se para aquentar o estamago, e para ajudar o seu cozimento, para discutir os flatos, para alentar os espiritos, e nutrir o corpo, para tudo isto he melhor o vinho, de que já fallamos, o chocolate, o chà, e o caffé, de que agora fallarèmos.

CAPITULO XI.

Do Chocolate.

1 O Chocolate he a melhor bebida de quantas inventàrõ os Castelhanos. He quente, e secco ainda que naõ falta quem diga, que he temperado, sem excesso de calor, nem de frio. O certo he que elle se compoem de baynilhas, de canella, e assucar, que saõ frios. Pela differença com que se prepara, resulta, que seja mais, ou menos quente, porque se lhe lançaõ muita canella, e baynilhas, fica mais quente; se lhe lançarem menos quantidade destes ingredientes, e muito cacáo, ficará

menos quente, e ſecco; mas he hum compoſto de preſtantiſſimas virtudes: porque conforta o eſtamago, ajuda os ſeus cozimentos, coze-ſe bem, e deſtribue-ſe facilmente, coze as cruezas, e fleumas do eſtamago, nutre muito, diſſipa-os flatos, anima os eſpiritos, dá vigor à maſſa do ſangue, e às partes da geraçaõ, favorece o genero nervoſo, cura as colicas de cauſa fria, he remedio de indigeſtoens, e das febres, que dellas procedem, quaes ſaõ muitas vezes as dos recem-caſados, e de peſſoas que fazem exceſſos nos ſerviço de Venus; cura as vertigens, que naſcem de fraqueza de eſtamago; e he util naquellas em que a cabeça eſtà inſignemente offendida, tem bom uſo nos curſos lientericos, celiacos, e chyloſos, nas colicas uterinas; nos accidentes do utero, nas ſyncopes, na debilidade eſſencial; porque corrobora o calor natural, gera ſangue eſpirituoſo, e poriſſo reſtaura as forças, vigora as entranhas, alenta o corpo todo; tendo mais huma virtude diuretica, e aperiente, com que deſopila, de maneira, que faz baixar as purgaçoens dos mezes, e provoca a evacuaçaõ das ourinas, como já diſſemos na noſſa Medicina Luſitana. Naõ he menos util nos catarros de cauſa fria, que os ajuda a cozer, e facilita o eſcarrar.

2 Mas ainda que o Chocolate tenha todas eſtas virtudes, naõ ſe ha de uſar com exceſſo, porque farà os dannos de eſquentar as entranhas, inquietar os eſpiritos, eſturrar os alimentos, cauſar febres, indigeſtoens, colicas quentes, teſneſmos, vigilias, e outros males de calor, principalmente ſe ſe uſar em temperamentos quentes, ſeccos, e aduſtos; nos quaes naõ tem tanto lugar, como nos frios, humidos, fleumaticos, e pingues; poriſto quando for preciſo que peſſoas de temperamento quente ſe valhaõ delle, ſerá em moderada quantidade, que aſſim o temos uſado

ſem

ſem offença, naõ ſó em naturezas quentes, mas em febricitantes por razaõ de alguns ſympthomas, que a iſſo nos obrigàraõ.

3 O chocolate melhor he aquelle que ſendo bemfeito de bons ingredientes, ſe uſa muitos mezes depois; os Caſtelhanos dizem que hade ſer de hum anno. Toma-ſe emjejum, ao jantar, de tarde, e à cea, ou ſeja antes ou de pois de comer, que em qualquer tempo, e qualquer hora o recebe bem o eſtamago, fallando em commum: porque eſtamago pòde haver, que ſempre o receba mal; mas ordinariamente o acceitaõ bem os eſtamagos; e naõ retarda o ſeu cozimento, ainda que ſe beba no tempo delle. As bebidas quentes ſempre ſaõ mais proprias para os tempos frios; mas o Chocolate no Inverno, no Eſtio, e em todo anno ſe póde tomar, uſando-o com tal prudencia, que naõ offenda por exceſſivo, o que aproveitàrá ſendo moderado.

4 He o Chocolate particularmente util para as mulheres, pelo que reſpeita ao utero, como aromatico; e para os velhos faltos de calor natural; para os cacheticos, e hydropicos de cauſa fria. Naõ ſe deve dar aos meninos, porque Galeno totalmente lhes prohibio o vinho, e aínda que o Chocolate os naõ offenderá tanto, como o vinho, muito melhor he que ſe naõ criem com elle, e que quando algumas vezes ſe lhe der, ſeja em pouca quantidade. Naõ ſerve para as peſſoas biliosas, quentes, e aduſtas; principalmente ſe for Chocolate em que ſe lançe ambar, ou almiſcar, ou quaeſquer outros aromas, que muitas vezes lhe lançaõ na ſua preparaçaõ, com que ſe abrazaõ as entranhas, e ſe rarefazem, e fermentaõ vicioſamente os humores, e a maſſa ſanguinaria, de que naſcem febres, reumatiſmos, e outros dannos.

CA-

CAPITULO XII.

Do Chá.

1 O Chá he huma erva que vem do Japaõ, e da China, cujas fólhas saõ semelhantes às do sumagre. He quente, e secco; e tem muitas virtudes medicinaes; porque conforta o estamago com as suas particulas absorventes, que tem, como se conhece da sua adstrinçaõ, e amargor; a juda os seus cozimentos; cura as vertingens, que procedem do estamago; he remedio da asma neumonica, e flatulenta, e de colicas nephriticas, e das que nascem de causa fria, e de flatos; cura os cursos chylosos, e os que procedem de indigestoens, de azias, e depravados cozimentos, procedidos de estar muito exaltado o acido fermentativo do estamago; cura as gravaçoens, e dores de cabeça, he util nas queixas dos nervos; a proveita nas quedas, porque facilita a circulaçaõ do sangue, e da lympha, que com aviolencia dellas se perturba; he conveniente nos vagados, nos accidentes de gotta coral, nos estupores, parlezias, nos sonnos profundos, na difficuldade de ouvir, no tinido dos ouvidos, nos catarros, e fluxoens de estilicidio, e nos tialismos; conforta a memoria; dessecca as humidades do cerebro, e do estamago; tira o sonno, sem que a falta delle se sinta; preserva da de gotta arthetica, e de que se embebede quem o tomar, ainda que se demazie no vinho; provoca a ourina, recrea os espiritos; alimpa os rins das arèas, e naõ deixa formar pedras nelles, nem na bexiga; tanto assim, que na China, e no Japaõ, onde se usa muito do Chá, naõ he mui commum o achaque de pedra, nem de gotta. Tem virtude discoagulante, comque adelgaça, e attenua

tenua as materias craſſas que pòdem ſervir de impedimento à circulaçaõ do ſangue; purifica a maſſa ſanguinaria, com as ſuas partes oleoſas, e balſamicas, tomando em ſi os ſaes acres, e pungentes que nella abundaõ, por cuja cauſa he util nos tiſicos, e nos eſcorbuticos.

2 Para o Chá fazer eſtas utilidades ha de ſer novo, de folhas meudas, e inteira, cheiroſo, e colhido na Primavera. O tempo de tomallo he differente, ſegundo o fim para que ſe toma. Os ſaõs, que o tomaõ ſem mais neceſſidade, que a de ſeu goſto, pòdem bebello á hora que quizerem, porque he couſa taõ innocente, que naõ farà danno, ſenaõ por exceſſivo; e tanto importa bebello antes, como depois de comer. Os que o tomaõ por medicinal, haõ de ter hora de eleiçaõ para o beber. Quando he para ajudar os cozimentos de eſtamago, deve tomarſe ſobre o comer; e quando para naõ dormir, toma-ſe na hora em que ſe quer eſtar vigilante. Quando ſe tomar para dores de cabeça, deve ſer ſobre o jantar, e cea; e quando para preſervaçaõ de alguns achaques, toma-ſe em jejum, e de tarde ſeis horas depois de jantar. A quantidade naõ deve ſer menos de meio quartilho de cada vez.

3 E ainda que ſaõ tantas as utilidades do Chá, todavia, ſe for exceſſivo, tambem farà alguns dannos; porque como he quente, e tem virtude diſſolvente, e diſcoagulante, pôde aquentar, e diſſolver a maſſa do ſangue de maneira, que faça febre, e cauſe reumatiſmos, e defluxos, que por diſſolucoens do ſangue coſtuma haver; principalmente ſendo em peſſoas de temperamento quente, bilioſas, e aduſtas, e em meninos, em quem ſe naõ devem uſar ſem neceſſidade de bebidas quentes. Alèm diſto, como o Chá he diuretico, uſando-o com exceſſo, póde offender os rins,

e a bexiga, levando para estas partes os humores das primeiras vias, e algumas impuridades do corpo, de que pòdem resultar dysurias, e suppressoens de ourina.

4 O modo de tomallo, he fazendo-o em pô, ou tirandolhe a tintura. Este he o modo mais ordinario. Tira-se a sua tintura em agua quente, ou em leite, e com assucar, ou sem elle, se bebe. Entre as muitas virtudes que delle resenhamos, temos achado que he excellente nos escorbuticos, tomando-o todos os dias com largueza; e poristo o temos por hum dos melhores antiscorbuticos, que ha. Naõ falta quem diga, que o Chá tem poucas virtudes medicinaes, e que as utilidades, que delle se pregoaõ, se devem adscrever à agua quente, em que se lhe tira a tintura, mais do que ao Chá, que julgaõ invirtuoso. Mas tambem ha quem affirma muitas virtudes do Chá, que as naõ pòde fazer só a agua quente; do que se veja o que escreve Mangeto no *Tomo 2. da sua Bibliotheca Pharmaceutica fol.* 978. Onde se achará, que sem embargo de que o Chá seja quente, e secco, tempera os humores adustos, acres, e mordazes, emenda o calor do figado, abranda a dureza do baço, e perserva de dores nephriticas, e de que se gerem pedras nos rins. Ultimamente dizem do Chá, que conforta, e restaura a vista de tal sorte, que entre os Japonenses se tem por antídoto contra a fraqueza da vista, e contra os achaques dos olhos, que por razaõ do muito arroz, que comem, e de certas bebidas quentes de que usaõ, generalmente padecem, o que se naõ deve imputar a agua quente, que ainda que tenha virtude para algumas causas, naõ he para estas.

CA-

CAPITULO XIII.

Do Caffé.

1 O Caffé, que hoje tanto ſe frequenta, he hum frutto de certas arvores da Arabia, a que os naturaes chamaõ *Bon*, e *Bunchu*; na figura he ſemelhante às favas, na cor ás cidras. He quente, e ſecco; tem muitas partes tenues, e balſamicas, e muito ſal volatil, como ſe colhe do cheiro, que exhala, e do ſucco oleoſo, que de ſi lança, com o qual corrobora grandemente o eſtamago, e cerebro; reſera as obſtrucçoens das entranhas, e utero; e poriſto he efficaſſimo em provocar à purgaçaõ dos mezes, para o que o uſavaõ as mulheres do Egypto, quando lhe baixavaõ deminutos, e tomando-o varias vezes nos dias do meſtruo ſe repurgavaõ copioſamente com elle, ſegundo eſcreve Proſpero Alpino. 1. Alèm diſto, ajuda a digeſtaõ de alimento, he util nos males de cabeça; impede a temulencia, ou a modifica, porque reprime, e abate os vapores do vinho, e dos mais licores eſpirituoſos; conforta a memoria, alegra o animo; he remedio nas vertingens, nos eſtupores, parlezias, apoplexias, nos ſonnos profundos, nas hydropezias, nos catarros, nas fluxoens de eſtilicidio ao bofe, na gotta arthetica, nos males dos olhos, dos ouvidos; nas palpitaçoens do coraçaõ, nas hypocondrias, e flatulencias, nas colicas de cauſa fria, nas quedas, nas ſuppreſſoens de ourina, que he mui diuretico, e nos maes caſos em que ſe uſa do chá, cujas virtudes inclue o Caffé, excedendo-o em deobſtruir, em diſſipar os flatos, e deſterrar o ſonno, illuſtrando os eſpiritos animaes, e conſervando-os ſem offença em todo o tempo da vigilia.

1. *Lib. de Med. Ægyp. fol.* 18.

2 Mas ainda que o Caffé tenha taõ exellentes

virtudes, naõ se ha de usar delle com excesso, nem se ha de dar indiscriminadamente a todos: porque em naturezas quentes, biliosas, e adustas, nas pessoas magras e seccas, farà gravissimos dannos, seccando-os e extenuando-os, e causará parlezias, e estupores espurios, e impotencia no uso de Venus, como affirma
2. Uvillis; 2. que como só o concede em pessoas obesas, e carnosas, e de temperamento frio, e humido, nos que tiverem o sangue vapido, aquoso, crasso, e pouco balsamico; porque o Caffé com as suas partes oleosas, e volateis; sutiliza, arrara, e attenua os humores crassos, e viscidos, volatiliza o sangue, e facilita a sua circulaçaõ.

In Pharmacus. racional.

3 Naõ se deve logo usar nos meninos, em que ha calor vigoroso, nem nos adultos, que forem de temperamento quente, e de habito gracil, vigilantes, espertos, e orgulhosos; nem nas pessoas que padecerem achaque de calor; porque todos os commodos do Caffé, assentaõ em temperamentos frios, e humidos, e na presença de queixas nascidas destas causas. As pessoas sãns que o quizerem tomar, façaõ-no com moderaçaõ, que os naõ offenda. E os que forem de natureza quentes, tomem-no feito em leite de vacca, ou de cabra, e ovelha, que assim fica a bebida mais temperada, e naõ fará danno; senaõ for excessiva. E ainda quando se usar o Caffé em temperamentos frios, e humidos, sempre serà com moderaçaõ: porque entre outros incommodos, fará perder totalmente o sonno, debilitará o corpo, e offenderà as fibras, e nervos; porque rarefazendo, alterando, e fazendo fermentar viciosamenta os humores, ou partes liquidas, com muito dispendio de espiritos, naõ pòde deixar de sentir esta offença o genero nervoso, e de perderem a sua força as fibras das partes sólidas, e darem em lassidoens, e parlezias.

4 O Caffé bom ha de ſer novo, bem limpo da caſca, de mediana groſſura, citrino, e que naõ ſe tenha molhado no mar. Toma-ſe de manhã em jejum, e detarde, tres, ou quarto horas de pois de jantar. A quantidade que de cadávez ſe toma, he huma chicara ordinaria. O modo de o preparar, he torrando-o, e fazendo-o em pò, de que ſe lançarà huma colher em dèz onças de agua, que eſteja a ferver, reſolvendo os póz com huma colher, atè ſe tirar bem a tintura do Caffè, e eſtando aſſim, bebe-ſe a agua, deixando ficar os pòs.

CAPITULO XIV.

Do Licor a que chamaõ Cidra.

1 NAs naçoens eſtrangeiras, particularmente na Bayxa Normandia, ſe inventou eſte licor, ou vinhos de maçans, a que chamaraõ Cidra; e naõ he outra couſa, mais que o çumo tirarado por expreſſaõ de certos pomos, colhídos no Outono, quando eſtaõ bem maduros, recolhidos, e guardado em barriz, ou toneis, em que ſe fermenta como o moſto; ficando, acabada a fermentaçaõ, os dittos çumos em hum licor eſpírituoſo, bem defecado, claro, de cor doirada, odoríſero, e de hum ſabor doce, e picante. Fermentaõ-ſe eſtes çumos como o çumo das uvas; e aſſim como no moſto, ſe naõ fica por meio da ſua fermentaçaõ bem purificado o vinho, brevemente ſe perde: tambem no çumo deſtas camoezas, ſe pela ſua fermentaçaõ naõ ficar bem depurado daquellas partes craſſas, e impuras, com que haviaõ de apodrecer os pomos, em pouco tempo ſe corrompe a Cìdra, o que ſe conhece, porque tem hum ſabor deſagradavel.

2 Da Cidra ha differentes especies, pela diversidade de pomos de que se prepara. Os çumos das camoezas doces, que saõ de bom gosto, de que ordinariamente usámos, daõ huma Cidra, que brevemente se corrompe: e poristo escolhem os pomos algum tanto acerbos, e estiticos, de cujo çumo se prepàra a melhor Cidra, que mais tempo dura. Assim como das camoezas, tiraõ o çumo das peras, e de outros mais fruttos, e fazem differentes licores vinosos, como a Cidra igualmente espirituosos, e de taõ bom gosto como ella. Dos pomos de que se tira o çumo, depois de espremidos, fazem outro licor, lan-çando-os em agua, onde se fermentaõ, e fica huma bebida deliciosa, que refrigéra, e humedece muito; a que chamaõ Cidra menor, menos forte, e menos aguda, e espirituosa, que a outra, e poristo naõ embebeda, ainda que della se beba maior porçaõ, por cuja causa he bebida ordinaria das mulheres daquellas terras.

3 A Cidra de camoezas he mui peitoral; serve nos catarros, e defluxos ao bofe, e aspera arteria; conforta o estamago, alegra o coraçaõ; humedece muito, e adoça os humores acres, e mordazes; e he util nas affecçoens hypocondriacas, melancolicas, e escorbuticas. Naõ falta quem diga, 1. que he mais conveniente para a saude, do que o vinho; porque os seus espiritos saõ menos impetuosos, e agitados, que os do vinho, porque os se embaraçarem com a quantidade de fleumas viscidas, que saõ as qua fazem este licor frio, e humido. E hà muitas experiencias de que os que bebem delle saõ mais fortes mais robustos, e de melhor cor, que os que, usaõ do vinho. Refere Lemery, por liçaõ de Baconio, que oito homens, que bebiaõ da Cidra sempre, chegaraõ a viver mais de cem annos, com tal robustez, e ligeireza, que saltavaõ, e dançavaõ como os moços.

1. *Lemery no tratado de alimentos, cap. da Cidra.*

Have-

Havemos de transcrever as suas palavras, porque pòde haver alguem, que se persuada a usar da Cidra, em cuja preparaçaõ nenhuma difficuldade terá, *Bacon* (diz Lemery) *Fait mention de huit vieillards, dont les uns avoient près de cent ans, les autres cent ans, & plus. Ces vieillards, di-il, non avoient bû toute leur vie, que du Cidre, & ils avoient conservé à leur age une si grande vigueur, que ils dansoient, & que ils sautoinent, aussibien que de jeunes gens.*

4 Este licor bebido com excesso, embebeda, e dura a temulencia muito mais tempo, que a do vinho, porque os espiritos da Cidra, saõ mais crassos, lentos, e viscosos, que os espiritos do vinho, e necessitaõ de mais tempo para se gastarem. He conveniente esta bebda em todo o tempo, em qualquer idade, e temperamento; que usando-se com moderaçaõ, nunca offenderá.

CAPITULO XV.

Do Hydromel vinoso, e da Mulsa.

1 NAs Regioens frias, onde as uvas naõ chegaõ a madurar de sorte que dellas se possa fazer vinho doce, preparaõ huma bebida de agua, e de mel branco, a que chamaõ *Hydromel vinoso*, e naõ differe do Hydromel ordinario, mais que na fermentaçaõ com que se faz espirituoso, como o vinho; porque tomaõ igual quantidade de agua da fonte, ou de rio, e de mel branco, fervem-nos atè que hum ovo fique nadando no Hydromel; entaõ metem no em barriz, de sorte que a terça parte delles fique vazia, porque na fermentaçaõ ha de crescer o licor, e occupa todo o vacuo; tapa-se a bocca do barril, ou tonel, com pano de linho, porque naõ arrebente com a for-

ça da fermentaçaõ; e poem-se ao Sol, ou em parte onde se faça fogo, por tempo de hum mez, em que se fermenta o Hydromel, atè se fazer espirituoso, e vinoso; entaõ se guarda bem tapado. Alguns lançaõ-lhe cousas aromaticas, como canella, e cravo; e çumo de cerejas, de amoras, e outros taes, com que fazem o Hydromel de melhor gosto, e de cor mais aprazivel.

2 Este Hydromel he quente, e secco, e para ser bom, ha de ficar claro, e de hum gosto doce, e picante. Se ficar turvo, e menos agudo no sabor, he final de que se naõ fermentou o tempo que devia, e poristo se naõ de purou das partes oleosas do mel, de que resulta o ficar menos espirituoso, e agudo, ou picante; por cuja causa naõ se ha de beber sendo novo, senaõ que se ha deixar volatilizar, e espiritualizar bem por meio da sua fermentaçaõ.

3 O Hydromel conforta o estamago, e o coraçaõ, vigora os espiritos, e anima o sangue com as suas partes volateis, e exaltadas; dulcifica os humores acres, que offendem o peito, com as partes oleosas, e balsamicas, de que he dotado; laxa o ventre, assim porque abranda os humores crassos, e tartareos das primeiras vias, como porque irrita com as particulas salinas as glandulas, e fibras dos insteſtinos. He util nos fastios, porque excita o appetite de comer; aproveita nas colicas frias, e flatulentas; nas tosses, rouquidoens, cattarros, e nos tisicos, pela virtude abstergente, com que mundifica as chagas do bofe; tem uso nas asmas humidas, porque facilita a excreaçaõ; e nas queixas em que seja necessario ourinar, porque he diuretico.

4 Se se bebe com excesso, embebeda, grava a cabeça, e o estamago; causa nauseas, principalmente sendo novo. Naõ se deve usar nos biliosos, porque se converte em colera, e he mais proprio para os velhos,

lhos e para os fleumaticos, e melancolicos, que para os moços, e para os que forem de temperamento quente, e de contextura gracil, ou secca.

5 Alèm deste Hydromel vinoso, ha Hydromel ordinario, ou Mulsa, que se compoem de agua, e de mel; no que ha suas differenças; porque ou se mistura muita agua com pouco mel, e a este chamaõ Hydromel diluto; ou muito mel com pouca agua, e a este chamaõ Hydromel meraco; e assim hum, como outro, ou saõ crùs, ou cozidos. O Hydromel cozido, ferve ao fogo, e vai-se despumando em quanto se coze. O crú, naõ chega ao fogo, e poem-se ao Sol. Este he flatulento, e causa dores de estamago, e colicas. Aquelle he diuretico, e peitoral util para as tosses, rouquidoens, e catarros de causa fria, e propio para os velhos, e fleumaticos. Naõ se dève dar aos moços biliosos, nem aos que padecem obstrucçoens.



SES-



SESSAÕ V.

DO SONNO, E VIGILIA; DO MOVIMENTO, e Descanço; dos Excretos, e Retentos; e das Paixoens da Alma.

CAPITULO I.

Que seja Sonno, e que utilidades, e dannos cause no corpo humano.

1 

O DORMIR, e o Vigilar saõ affecçoens dos sentidos, que na Vigilia trabalhaõ, e no Sonno aquietaõ. He pois o Sonno huma prizaõ dos sentidos externos, ordenada a fim de que os viventes descancem do trabalho, que tem na Vigilia. E he causa do Sonno tudo aquillo, que faz cessar, e feriar os dittos sentidos das suas operaçoens. E porque os espiritos animaes saõ os que os movem, e inquietaõ: nestes havemos de considerar a causa de cessarem, e de se naõ moverem; o que succede, ou porque os espiritos faltaõ, ou porque se entorpecem, ou porque se suspendem, ou porque se detem no cerebro. Faltaõ os espiritos para inquietar os sentidos externos, quando ha penuria delles, ou porque se gastaraõ com as Vigilias longas, em que se consomem muitos; ou

ou com o trabalho, e exercicio laboriofo, ou com as curas, e achaques em que fe tem feito muitos remedios; ou com os banhos, ou com as calmas, e eftuaçoens do tempo, ou com os cuidados: que com todas eftas coufas fe diffipaõ muitos efpiritos. Entorpece-fe eftes, e fazem-fe menos moveis, com os vapores craffos de coufas odoriferas, e narcoticas, ou do que fe come, e fe bebe. Sufpendem-fe docemente os efpiritos no feu movimento, com a fuavidade da mufica, com a corrente das aguas; com a liçaõ dos livros pouco attenta; com fregaçoens brandas nos pès, ou na cabeça, com o filencio, com o defcanço do animo, e com a efcuridade; com que tambem os efpiritos animaes fe detem quietos no cerebro, e naõ pòdem influir para os orgaõs do fentido, e movimento, em quanto naõ ha caufa, que os irrite, e inquiete, quebrando o Sonno, e entrando na Vigilia.

2 He precifamente neceffario o Sonno para confervar a vida; e fendo moderado, faz grandes utilidades no corpo humano; porque ajuda os feus cozimentos; repara as forças gaftadas com os trabalhos da Vigilia; defcança os efpiritos nos feus movimentos; facilita, e franquea atranfpiraçaõ infenfivel; humedece as partes internas, donde veio adizer Hyppocrates, que o Sonno era alimento das entranhas, affim como o trabalho das juntas: *Labor articulis cibus eft*; *Somnus vero vifceribus*; &c. O que com igual fundamento fe póde dizer dos velhos, cujos corpos frios, e feccos, com o Sonno fe a quentaõ, e humedecem, recuperando a já perdida fuftancial humidade; o que parece que naõ ignorou Homero, citado por Galeno 1. quando diffe:

Ut lavit, fumpfitque cibum, dat membra fopori;
Namque hæc jufta feni.

3 Mas fe o Sonno moderado faz todos eftes commodos,

modos, o dormir com excesso tambem he causa de mui graves dannos: porque o muito Sonno debilita o corpo, laxa as fibras, e enfraquece as partes nervosas; da huma cor cachetica ao rosto, e ao corpo todo; grava a cabeça, enchendo-a de vapores, e de humores; enerva o calor natural, e poem todas as partes do corpo ignavas, e torpidas. Os quaes dannos todos dependem da nimia retençaõ dos excrementos, que ha no tempo do Sonno immoderado; porque he certo, que o Sonno cohibe todas as evacuaçoens sensiveis do corpo, naõ sendo o suor, que he no Sonno mais copioso; e todos aquelles humores excrementicios, e inuteis, de que o corpo se havia de livrar na Vigilia, ficaõ detidos em diversas partes no Sonno, gravando-as, e opprimindo-as, atè fazerem males agudos, em que a vida periga, ou achaques choronicos, comque se perde a saude. De maneira, que de pois que a natureza acaba os seus cozimentos, o que se segue, he lançar fora do corpo os excrementos, e impuridades, que resultàraõ delles; huns pela ourina outros pelo ventre; huns pela saliva, outros pelos olhos; outros pelos ouvidos; e finalmente a cada qual pelos seus ductos, que para isto estaõ destinados; o que se naõ pòde fazer dormindo; e poristo os que dormem muito, se enchem, e engrossaõ, porque o corpo, com danno seu, guarda todos estes humores, que havia de por com utilidade sua; e poristo ordinariamente do muito dormir resultaõ gravaçoens da cabeça, estillicidos à garganta, aos vasos salivaes, e ao peito, porque no tempo do Sonno suspende se a salivaçaõ, e naõ correm as humidades do cerebro pelo nariz, nem pela bocca; o que succede com as mais partes, em que ha superfluidades, que ficando nellas, he para as offender; franqueando sómente o Sonno a transpiraçaõ do corpo pela contextura cutanea; e se assim naõ

fora,

fora, feriaõ mui frequentes as apoplexias nòs que dormiſſem com exceſſo, pois naõ ha nas horas do Sonno outra evacuaçaõ mais, que a que pelos pòros da pelle ſe celebra.

CAPITULO II.

Em que tempo, quantas horas, e com que decubito ſeha de dormir.

1 PAra que o Sonno faça as utilidades no Capitulo antecedente referidas, e ſe evitem os incommodos, que pòde cauſar a ſua nimiedade, he neceſſario dormir em tempo oportuno as horas que baſtem, com decubito conveniente. E já ſe vè, que o tempo mais proprio para o Sonno, he a noite, em que o corpo deſcança do trabalho do dia; e dura o Sonno ſem interrupçaõ muitas horas, com maior commodo do individuo; porque pòde continuar todo o tempo do cozimento da cea, couſa mui conducente para ſe fazer melhor a chylificaçaõ. Naõ ſe recolheràõ porèm a dormir logo ſobre a cea, ſenaõ que deve paſſar ao menos huma hora, em que ſe daraõ huns paſſeos, ou ſe farà hum leve excercicio, para que o alimento deſça melhor ao fundo do eſtamago, que como tem ſuas arrugas, poderá o alimento deterſe, e embaraçar-ſe nellas, e naõ deſcer logo ao fundo ſem eſtes movimentos.

2 As horas do Sonno, ſe iſto eſtiveſſe no arbitrio dos que dormem, deviaõ ſer todas as que levaſſe o cozimento do eſtamago, e a deſtribuiçaõ do alimento, no que ordinariamente ſe gaſtaõ ſette horas, ainda que pela diverſidade das naturezas, em humas peſſoas ſe fará iſto mais tarde, em outras mais cedo; porque he certo que os que tiverem o fermento eſto-

macal mais activo, e o calor mais forte, acabaraõ em menos horas todo o negocio da chylificaçaõ; principalmente se usarem de alimentos que com facilidade se cozaõ. E seria tambem muito bom, que o Sonno naõ excedesse muito as horas do cozimento, para que depois delle se expurgassem as suas impuridades pelos seus ductos, o que se naõ pòde fazer nas horas do Sonno; porque como já dissemos no Capitulo antecedente, o Sonno suspende todas as evacuaçoens, exceptuando o suor, e a que se faz pela transpiraçaõ insensivel do corpo; e ficando detidos por esta causa os excrementos que das cocçoens resultaõ, daqui nascem os graves dannos, que causa o dormir muito, de que no ditto Capitulo fizemos mençaõ. Os glotoens, que se enchem muito de alimento, e todos os que tiverem o estamago debil, necessitaõ de mais horas de Sonno, para melhor cozerem; porque he certo que no Sonno se recolhe o calor ao estamago, e que porisso se fazem nelle melhor os seus cozimentos. Os que comerem moderadamente, e cozerem com facilidade, de menos Sonno necessitaõ; sette horas de Sonno he o que nos saõs, e bem temperados basta. Os biliosos, e seccos, haõ mister mais horas de Sonno de pois de comer, paraque com elle se humedeçaõ. Os fleumaticos, e obesos, devem dormir menos, para que na Vigilia se sequem, e emagreçaõ. Os meninos, e velhos, tambem necessitaõ do dormir muito; estes porque tem pouco calor natural, para haverem de cozer bem os alimentos; aquelles, porque comem com excesso, e naõ poderá o seu estamago chylificar bem, senaõ se ajudar de Sonno longo, que para isso conduz.

3 Alèm do Sonno da noite, tambem ao meio dia, ou sobre o jantar, se costuma dormir, sendo que he mui nocivo este Sonno, e poristo reprovado pelos de Saler-

de Salerno, no Capitulo primeiro da ſua Eſcola; porque nelle ſe enche a cabeça de vapores craſſos, e de humidades, que cauſaõ catarros, eſtilicidios, e outros males. Alèm de que, como o Sonno do meio dia naõ dura em todo o tempo de cozimento: quando acordaõ, e ſe expande às partes externas, e remotas o calor, que eſtava recolhido nas entranhas, interrompe-ſe o cozimento, e fica o eſtamago gravado com os alimentos, e conclue mal a chylificaçaõ, e experimenta-ſe muita flatulencia, eructaçoens acidas, faſtio, e às vezes nauſeas, e vomitos. Poriſto parece que he muito melhor eſcuſar eſte Sonno, e contentar com o da noite, e mais quando eſte com aquelle ſe deminue; porque ordinariamente, os que dormem muito de dia, dormem menos de noite.

4 Porèm os que por qualquer cauſa que ſeja, naõ dormirem bem de noite, e os que por muito trabalho ſe acharem cançados ao meio dia, bem pòdem dormir de pois de jantar; o que devem fazer tambem os que eſtiverem fracos, por mal convaleſcidos de doenças que hajaõ tido: que em todos eſtes he neceſſario Sonno para deſcanço do corpo, e para melhor commutaçaõ do alimento; o que principalmente ſe deve obſervar no Eſtio, em que as noites por pequenas naõ conſentem os Sonnos longos; e he preciſo recobrar de dia o que ſe naõ logrou na noite. Alèm de que os eſpiritos exolutos, e gaſtados com o calor, e eſtuaçaõ do tempo, neceſſitaõ de Sonno meridiano com que ſe reparem. No que ſe deve attender á natureza, habito, e coſtume de cada qual. Nós nunca dormimos ao meio dia, nem de noite excedemos ſeis horas de Sonno; e neſte habito eſtamos ha muitos annos, eſtudando, e eſcrevendo, como agora actualmente fazemos, logo ſobre o jantar, e à noite depois de cea, ſem que poriſto experimentaſſe-mos algum danno, de que

nos previlegiou a valentia da natureza, e a força do coſtume em que nos poſemos; e poriſſo concluimos eſte particular dizendo; que os que naõ tiverem por habito o Sonno do meio dia, que ſe ponha no coſtume de paſſar ſem elle; e os que forem coſtumados a dormir a ſeſta ſem danno, que guardem o ſeu coſtume, porque lhe poderà ſer nocivo largallo para traduzir outro contrario.

5 Deve-ſe porèm advertir, que o Sonno do meio dia naõ ha de ſer logo ſobre o jantar, ſenaõ que ha de paſſar huma hora, ao menos meia, para que o alimento deſça melhor ao fundo do eſtamago, como diſſemos do Sonno da noite, fazendo alguma leve deambulaçaõ entre elle, e o jantar. Advertindo mais, que o Sonno do meio dia he muito melhor paſſallo com o corpo direito, do que deitado: porque na erecçaõ do corpo ſe dá melhor exito a os vapores, que com decubito da cama. Ultilmamente ſe ha de advertir, que o Sonno meridiano, ou ha de ſer mui breve, ou muito longo. Muito breve, para que nelle haja alguma retracçaõ do calor às entranhas, com que o alimento melhor ſe coza. Muito longo, para que dure em todo o tempo do cozimento, de que ſe naõ ſeguiraõ os dannos de o interromper com a quebra do Sonno.

6 O decubito com que de noite nos devemos recolher a dormir, dizem commummente os Eſcritores, que ha de ſer no primeiro Sonno ſobre o lado direito, para que os alimentos deſçaõ melhor ao fundo do eſtamago; de pois ſobre o eſquerdo, para que melhor ſe cozaõ com a vizinhança do figado; no que ſeguimos a ſentença de Plemnio, 1. que fundado na poſiçaõ das partes, he de contrario parecer: porque o fundo do eſtamago, em que o cozimento ſe celebra, eſtà no lado eſquerdo; e poriſto parece, que he melhor deitar ſobre eſte lado no principio do Sonno, e

em quanto durar o cozimento; e de pois de passarem as suas horas, deitar sobre o lado direito, em que está a bocca inferior do estamago, a que chamaõ *pyloro*, para que por ella possa sair mais facilmente o alimento depois de cozido. O dormir debrussos, bom he para o cozimento, mas dizem que faz mal á vista. O dormir de costas offende a cabeça, enchendo-a de vapores, de que nascem vertigens, catarros, dores, e outros dannos capitaes; e impedem a evacuaçaõ dos excrementos pelos seus ductos; faz mal aos calculosos, e aos que padecem intemperanças quentes dos rins, e poristo em queixas nephiticas se condenna sempre o dormir com decubito supino, o qual se numera tambem entre as causas do Incubo, a que vulgarmente chamaõ Pezadelo, que só de dormir de costas se póde originar. Com que o melhor decubito para dormir, he sobre o lado esquerdo no principio do Sonno, e no fim sobre o direito, sempre com cabeceira algum tanto alta, para que a cabeça possa largar melhor os seus excrementos, ou as suas humidades excrementicias. Nós dizemos o que se julga por milhor, mas neste particular siga cadaqual o seu costume, se se acha com elle. Aristoteles 2. foi de parecer que se devia dormir encolhendo os joelhos para o ventre, a fim de lhe dar maior calor no tempo do cozimento. 2. *In problem*

7 Concluamos este Capitulo perguntando se será mais util deitar de Inverno a dormir em cama quente, se em cama fria. No que dizemos: que o deitar em cama fria no ditto tempo póde ser nocivo, constipando-se a pelle, impedindo-se a transpiraçaõ do corpo, de que resulta muitas vezes hum tremor universal, que retarda o Sonno, a que se segue febre, que molesta toda a noute, e póde ficar durando dias. E assim nos parece melhor deitar de Inverno em ca-

ma quente; porque alèm de se evitarem os referidos incommodos, consegue-se o franquear-se a transpiraçaõ insensivel, e pegar-se mais brevemente no Sonno. Advertimos porèm, que depois de estar na cama, se naõ conserve mais tempo a quentura com artificio, como muita gente faz, deixando ficar dentro na cama hum barril de estanho, a que chamaõ comadre, cheo de agua quente, que he com que melhor, e mais suavemente se a quentaõ as camas; porque para prepedir a constipaçaõ da pelle, e os dannos della, basta a quentura com que se acha a cama, a qual se vai conservando com o calor do corpo. E ficar o barril com agua quente nas horas do Sonno, pòde ser causa de aquentar muito o sangue, de se inquietarem os espiritos, de haver febres, erisipellas, e outros mais dannos, que algumas vezes vimos succeder por esta causa.

CAPITULO III.

Que cousa seja Vigilia, e quaes os seus effeitos no corpo humano.

1 A Vigilia he huma disposiçaõ do cerebro, em que os espiritos animaes livremente se effundem, para fazer os seus usos. He huma soltura dos sentidos externos, prezos, e ligados no tempo do sonno. E assim como neste se aquietaõ os espiritos para o sossego: assim na Vigilia se movem para o trabalho, vigorando-se com elle todas as partes do corpo, que o sonno tinha sem uso. E poristo a Vigilia moderada faz grandes utilidades no corpo humano; porque ella excita, e fortifica todos os sentidos, com que fazem melhor as suas o peraçoens. Nella se movem os espiritos por todo o corpo, e a elle se diffunde, e

se

ſe communnica o calor, para recto exercicio de todas as ſuas partes. Ella facilita a circulaçaõ do ſangue, purificando os vaſos ſanguiferos das ſuperfluidades excrementoſas, que podiaõ remorar o ſeu movimento. Ella excita, e move todas as evacuaçoens do corpo, em cuja execuçaõ eſtriba a ſaude delle. Na Vigilia depoem o ventre os ſeus excrementos; que detidos fariaõ colica, cauſariaõ fabres, e outros maes dannos, que podiaõ a cabar a vida. Na Vigilia ſe livra a cabeça das humidades, que lança pelos ſeus ductos, as quaes detidas nella, cauſa podiaõ ſer de males graviſſimos. Na Vigilia ſe deſcarregaõ os vaſos lymphaticos pela ſalivaçaõ, que no ſonno eſtà ſuſpenſa. E finalmente, na Vigilia ſe evitaõ, e remedeaõ os males, que cauſa, ou pòde cauſar o ſonno demaziado.

2 Mas para fazer a Vigilia todas eſtas utilidades, ha de ſer moderada: que ſendo exceſſiva, cauſa muito grandes dannos; porque gaſta, diſſipa os eſperitos, ſecca todo o corpo, particularmente o cerebro, cauſa delirios, frenezis, convulſoens; inflamma o corpo, queima o ſangue, acreſcenta, e a guça a colera de maneira, que cauſa dores agudas, vomitos, ſoluços, e varios outros males, todos grandes, e perigoſos, quaes coſtumaõ ſer os da colera aduſta, e ſuperabundante; faz febres ardentes; e naõ ſó cauſa males de calor, e ſeccura, mas tambem males frios; exolvendo-ſe os eſpiritos, e debilitando-ſe as entranhas, e a maſſa do ſangue, de que ſe ſeguem hydropezias, parlezias, apoplexias, e outros males, que ſemelhantes cauſas coſtumaõ produzir. Poriſto he neceſſario, que a Vigilia ſeja moderada, e que ſe ſolicite o ſonno, que he remedio della.

CAPITULO IV.

Do Movimento, ou Exercicio. Mostra-se que seja Excercio; e as utilidades, que delle se seguem.

1 POr Movimento, entendemos o Exercicio, e trabalho, e pelo descanço o ocio. He o Excercio hum movimento do corpo, feito com tal vehemencia, que a respiraçaõ se mude, e se accelere. Porque naõ basta só o movimento, para se dizer Excercio, senaõ que ha de ser movimento com vehemencia. Os que andaõ, movem-se; mas se he com huma leve deambulaçaõ, naõ fazem Excercicio, que para o fazerem, haõ de andar com vehemencia, que os cance, e lhe apresse a respiraçaõ; a qual com Exercicio se muda; porque com elle cresce o calor do corpo, e augmenta-se o do coraçaõ, o dobofe, e das partes espiritaes, de maneira, que para refrigerio seu, fazem a respiraçaõ mais frequente, pois he certo, que com o ar que se respira, se atemperaõ.

2 Do Excercicio ha varias differenças; porque huns se fazem andando a pè, outros correndo, e saltando, huns andando a cavallo, outros em carruagens. Huns saõ universaes, em que se agitaõ, e se movem todas as partes do corpo, como succede no jogo da pella palmaria, e na escola da esgrima: outros saõ peculiares, destinados para certas partes, como he o remar para os braços, o cantar, o gritar, e ler alto, para o peito; e o andar a cavallo para o estamago. Nós aqui fallaremos do Exercicio universal, que he o de maior utilidade para saude do corpo todo.

3 Galeno recomenda em primeiro lugar o Excercicio do jogo da pella, a que se pòde chegar o do jogo da espada: porque nelles se movem com vehemencia

mencia todas as partes do corpo. Porèm como nem todas as pessoas pòdem fazer este Exercicio, nem saõ necessarias estas violencias, dizemos, que he bom Exercicio aquelle, quem em dia placido, e sereno, se faz andando a pè, com moderada vehemencia, naõ dos lugares alcantilados, e sublimes, mas por sitios planos, e amenos, em que a vista se rècree, ao mesmo passo, que o corpo se exercite. Porque ainda que neste genero de Exercicio só os pès, e as pernas propriamente se movaõ: todas as maes partes gozaõ do beneficio dos seus movimentos. De sorte que naõ se ha de andar com tal violencia, que aos primeiros passos se fatige o corpo: senaõ que com movimento moderado, se ha de fazer Exercicio, atè que o corpo levemente se quebrante, e semova algum suor.

4 Este Exercicio faz grandes utilidades no corpo humano: porque elle augmenta o calor natural, de que resulta o fazerem-se bem os cozimentos do estamago, e o haver boa nutriçaõ do corpo. Elle adelgaça os humores, e alarga os ductos, e vasos por onde se movem, de sorte que facilita a circulaçaõ do sangue, e da lympha, e a expulsaõ dos excrementos, que à natuteza deturbaõ pelas vias para isto destinadas. Move, e agitta os espiritos, que com o ocio estaõ quasi entorpecidos. Dissipa os flatos, attenùa os humores crassos, que fazem obstrucçoens nas primeiras vias; e por isto he grande remedio dos hypocondriacos, e melancolicos. Desseca as humidades do cerebro; excita o appetite de comer; conforta o estamago, fortefica as juntas, e todo o genero nervoso. Desfaz as obstrucçoens, e desopila as entranhas; e aos saõs preserva-os de que adoeçaõ; porque alèm das referidas utilidades franquea a transpiraçaõ insensivel pela contextura cutanea, pela qual se purifica a massa do sangue, e se depura o corpo das superfluida-

 des,

des, que nelle ſuperabundaõ; ſendo certo, que he muito maior quantidade a que inſenſivelmente tranſpira pelos pòros da pelle, que a que por todas as evacuaçoens ſenſiveis ſe evacua; e abrindo-ſe os pòros, e attenuando-ſe os humores com o Exercicio, já ſe vè a grande utilidade, que delle reſulta, e quanto elle he neceſſario para conſervaçaõ da ſaude.

5 Duas couſas, ambas iguaes, diſſe Hippocrates, 1. que haviaõ de obſervar os que foſſem eſtudioſos, e amantes da ſaude: naõ comer com exceſſo, e trabalhar, ou fazer Exercicio com cuidado: *Sanitatis ſtudium eſt, non ſatiari cibis, & impigrum eſſe ad labores.* Entendeo que era taõ neceſſario o Exercicio no campo, como a ſobriedade na meſa; o que naõ ignorou Ariſtoteles, 2. quando diſſe, que para conſervaçaõ da ſaude era preciſo comer pouco, e trabalhar muito; perſuadindo-ſe a que os homens adoeciaõ ou por lhe ſobejar o alimento, ou por lhe faltar o trabalho: *Cauſam ægrotandi* (ſaõ as ſuas palavras) ***excrementorum habet nimietas, quæ tam certè exultat, cùm aut cibus ſupereſt, aut labor deeſt.*** E havendo de faltar a huma deſta duas cauſas, ou â parſimonia, e moderaçaõ da meſa, ou trabalho, e Exercicio do corpo; menos nocivo he comer com exceſſo, do que naõ fazer Exercicio. Mas a laſtima he, que ordinariamente a ambas as duas couſas ſe falta: porque nem ſe come com moderaçaõ, nem ſe faz Exercicio com cuidado; ſendo aſſim, que eſtas duas couſas ſaõ as colunnas em que eſtriba o edificio da ſaude, que por falta de qualquer dellas ſe arruina; mas com eſta grande differença, que, os erros no alimento, os exceſſos da gula, pòde-os remediar o Exercicio; e a falta deſte, e os dannos que do o naõ fazer reſultaõ, naõ os pòde evitar aparſimonia da meſa. Tudo he doutrina expreſſa de Galeno. 1. que recomendando repe-

1. *6. Epidem.*

2. *Problem 46. ſect.*

1. *Lib. de ſuc. bonit. & vit. Cap. 2.*

repetidas vezes o Exercicio, como o melhor preservativo dos males, em humas dellas nos diz: que naõ cuide quem naõ fizer baſtante Exercicio, que com o comer pouco ſe ha de preſervar dos males, de que aquelle o livraria, e que preciſamente ha de fazer repetidas evacuaçoens, por ſangria, e purga, para ſuprir a falta do Exercicio; porèm ſe o Exercicio for grande, ainda que ſe exceda a moderaçaõ da meſa, aſſegura, que com elle emendarà aquelles exceſſos, e ſe preſervará das enfermidades, que o muito comer lhe podia cauſar. Tanto como iſto pòde o Exercicio; mas a falta delle nenhuma couſa a ſupre. Havemos de tranſcrever as palavras de Galeno, que ſaõ elegantiſſimas, e exprimem neſte particular tudo quanto ſe pòde dizer: *Niſi quis ſatis exerceatur, nulla ciborum parſimonia ſe à morbis immunem tueri poterit, niſi per intervalli inopiam, exercitii purgatione, vel ſanguinis miſſione compenſet. Sin integre exerceatur, etiam aliquando in alimenti ratione peccans, durabit ſine morbis.*

6 Naõ ha neſte particular mais que diſcorrer, ſenaõ emedullar a doutrina que incluem eſtas palavras de Galeno, taõ claras, que naõ neceſſitaõ de expoſiçaõ. As peſſoas que tem huma vida agitada, e laborioſa; os que jogaõ a pella, os que frequentaõ a eſgrima, os que jogaõ a bolla: eſtes naõ neceſſitaõ de outro Exercicio, nem devem tratarſe com grande parſimonia na meſa. Porèm os que tem vida ſedentaria, e comtemplativa, com eſtudos, e letras, e os que paſſaõ em ocio por vida, devem fazer Exercicio com cuidado, ſobpena de terem huma vida valetudinaria, e morboſa, que acabe com huma morte repentina. E naõ baſta qualquer Exercicio, ſenaõ que ha de ſer Exercicio baſtante: *Satis exerceatur*. Ha de ſer Exercicio inteiro: *Integrè exer-*

ceatur. Hade ſer Exercicio, que tenha a medida larga?

7 Todo o Exercicio ha de ter tempo em que ſe faça, e medida atè onde chegue. A medida ha de ſer atè que o corpo ſe quebrante, ou levemente ſe fatigue; ou atè que haja algum ſuor; ou atè que o corpo ſe faça vermelho, que em havendo qualquer deſtas couſas, deve ceſſar o Exercicio. O tempo de o fazer he de manhã, quando já ſe tem acabado o cozimento da cea, e o eſtamago eſta vazio; e ſaõ horas de que os excrementos, que reſultaraõ do cozimento, ſe evacuem, e ſe diſſipem com o Exercicio, com que o corpo ſe diſpoem melhor para receber novo alimento. O que naõ ſuccederà taõ bem fazendo Exercicio de tarde: porque naõ eſtando acabado o cozimento, farà deſcer o alimento mal cozido, e ſerà cauſa de haver obſtrucçoens, e outros dannos, que da perverſaõ do cozimento ſe podem originar. E poriſto he muito melhor o Exercicio antes de jantar, que antes da cea: porque de manhã naõ eſtâ occupado o eſtamago, e pela diſtancia da cea, eſtaõ já cozidos, e deſtribuidos os alimentos, o que naõ pode ſucceder fazendo Exercicio antes da cea. De pois de comer, naõ fica mal huma leve deambulaçaõ, com a qual ſe naõ revoque muito o calor às partes internas, nem ſe arrebate o alimento crù, mas quanto baſte para que deſça melhor ao fundo do eſtamago, onde mais prontamente ſe coze. Com que concluimos dizendo, que o Exercicio ſe ha de fazer de manhã, andando com moderada vehemencia, atè que ſe mova algum ſuor, ou o corpo ſe fatigue. Os que naõ poderem fazer Exercicio a pè, andem a cavallo; e os que nem a cavallo, nem a pè ſe poderem exercitar, andem em carruagem, dando movimento ao corpo da maneira, que lhe for poſſivel, ſe naõ quizerem experimentar os dannos do ocio. E os que o naõ poderem fazer de manhã, façaõ-no

de

de tarde; porque nada he taõ nocivo, como o naõ o fazer.

8 Para que o Exercicio faça as utilidades, que temos dito, he necessario, que seja moderado: porque sendo excessivo, debilita o calor natural, gasta os espiritos, enfraquece as entranhas, aquenta, dissolve, e faz ferver a massa do sangue, causa febres, reumastimos, defluxoens, achaques frios, como hydropesias, indigestoens, parlezias, e huma insigne debilidade em todo corpo.

CAPITULO V.

Do Descanço. Mostra-se o muito que offende a falta de Exercicio.

1 O Descanço he contrario do movimento; he a suspençaõ do exercicio; val o mesmo que ocio; mas tem esta differença, que o Descanço diz breve tempo de quietaçaõ; e ocio, longo tempo de ignavia, e de perguiça. E assim como o exercicio he necessario aos que vivem ociosos: assim o Descanço he preciso aos que trabalhaõ, e se exercitaõ muito. O grande exercicio, o trabalho continuado, exolvem muito os espiritos, gastaõ as forças, enfraquecem as juntas, e todo o genero nervoso, debilitaõ o calor natural; e poristo he conveniente que entre as fadigas do exercicio, haja algumas horas de sossego, e quietaçaõ moderada, com que os espiritos descansem dos seus movimentos, e as fibras, e nervos se reparem dos que perderaõ nos seus usos, para depois continuarem com mais valentia nos empregos em que se exercitaõ. Em todo o trabalho se ha de alternar o Descanço. *Danda est remissio animis*, dizia Seneca, 1 *meliores, acrioresque requieti surgent*, *ani-*

1. *De tranquil anim* Cap. 15.

animorumque impetum assiduus labor frangit; vires recipient paulum resoluti, ac remissi. Os que tem vida sedentaria, em que o corpo esta sem movimento progressivo, he necessario, que tomem algum tempo de exercicio, que lhe sirva de Descanço naquelle trabalho de estarem sentados sempre. Os que cansaõ o engenho com discursos, e obras de agudeza, haõ de feríar algum tempo, para proseguir na mesma empreza com maíor impulso. Mas nestas alternaçoens, de Descanço, e de trabalho, sempre o trabalho ha de excèder o Descanço.

2 O moderado Descanço faz as utilidades, que temos ditto; mas se for taõ immodico, que passe a ocio, e a perguiça, causa pòde ser de muitos dannos; que faltando o movimento, e exercício ao corpo, naõ faltaràõ achaques, que acabem a vída, ou a façaõ morbosa, porque se irà enchendo o corpo dos excrementos, e superfluidades, que havia de gastar o exercicio; perdese-haõ os cozimentos, extinguirse-ha o calor natural; perderá o sangue a volatilidade, e espiritualizaçaõ, que deve ter para bem circular, e para os maes usos, que deve satisfazer; impedirse-hà a transpiraçaõ do corpo, fechando-se os pòros cutaneos, que o exercicio faz abrir, e patentear; debilitarse-haõ os nervos, que o trabalho, e movimento robora, e fortifica; e finalmente todas as partes do corpo se enfraqueceraõ, e haverà nelle huma universal lassidaõ, e impotencia que apresse a velhice, que o trabalho havia de retardar, fazendo entrar a adolecencía pelos annos da senilidade, como dizia Celso: *Ignavia corpus bebetat, labor firmat; illa maturam senectutem reddit; hic verò longam adolescentiam facit.*

2. *Valesc. de Taranta* 4. *de crudit ventriculi.*

3 De todos estes males preserva o exercício, cujos poderes saõ tamanhos, que conservaõ a vida com saude; e por isso naõ faltou quem dissesse, 2. que o exer-

exercicio era a conservaçaõ da vida humana, estimulo da natureza adormecida no ocio: consumpçaõ das superfluidades; consolidaçaõ dos membros; morte dos achaques; fuga dos vicios; medicina dos males, lucro do tempo; divida dos moços; gosto dos velhos; adjutorio da saude; e destruiçaõ de todas as queixas; utilidades de que se privaõ todos aquelles, que naõ querem viver com gosto, sendo taõ facil de conseguir esta felicidade, como he facil o fazer exercicio a quem tiver livres os movimentos.

CAPITULO VI.

Dos Excretos, e Retentos.

1 POr Excretos, e Retentos se devem entender os *excrementos do ventre*, *a ourina*, *a transpiraçaõ insensivel*, *e o sangue menstruo.* As quaes cousas, se procedem tempestiva, e moderadamente, conduzem muito para conservar a saude, que ou por falta, ou por deminuiçaõ, ou por immodica affluencia destes Excretos, se arruina. Os excrementos do ventre, que a natureza deve expulsar cada dia, retidos nelle, causaõ muitos dannos; porque prevertem os cozimentos, de que se seguem fastios, nauseas, vomitos, colicas, vertingens, dores de cabeça, obstrucçoens, febres, e outros innumeraveis males, de que resulta huma grande confusaõ no governo do corpo; poristo dizia Hippocrates: *Ventris torpor, omnium confusio.* Mas se a evacuaçaõ do ventre for immoderada, tambem fará grandes dannos; porque causará diarrheas, dysenterias, cursos lientericos, e celiacos; enfraquecerà o estamago, gastará os espiritos, debilitarà os nervos, e a massa do sangue, de que nas-

nascerão cachexias, hydropezias, e outros muitos males, com que se destrua a saude, e a vida se acabe. Poristo he necessario trazer a natureza taõ regulada, que naõ falte, nem exceda o modo na evacuaçaõ dos excrementos, que das cocçoens do estamago resultaõ. Se for tarda, oũ defectuosa neste ministerio, provocalla com cristeis; usar de cousas laxantes, e dê alimentos, que lubriquem o ventre. Se for pronta, e excessiva, valer dos corroborantes, e adstringentes, para naõ vir a dar em laxoens mui profusas.

2 A ourina se naõ se evacua na porçaõ, que he necessaria, ficaõ muitos soros nas veas, e muita lympha nas glandulas, de que se seguem defluxoens, reumatismos, gotta arthetica, febres catarraes, e outros varios dannos; e se finalmente de todo se suprime, e dentro de seis, ou outo dias se naõ provoca, corrompe-se o sangue, e em breves dias se exhala a alma.

3 A transpiraçaõ insensivel, que se faz pela respiraçaõ, e pelos pòros da contextura cutanea, que toda he transpiravel, se se chega a impedir, logo sobrevem alguns dannos, como saõ febres, às vezes agudas, e malignas, cursos, estilicidios, inflamaçoens, espasmos, e convulsoens, parlezias, e pòdem sobrevir apoplexias, ou ficarem achaques de longa, e prolixa duraçaõ. Porque o que insensivelmente transpira pelos pòros da pelle, he mais, que tudo quanto pelas evacuaçoens sensiveis se evacua; cousa que averiguou, e poz na noticia dos homens Sanctorio no livro que escrevèo *de Medicina Statica*, assegurando, que tanto se evacua pela transpiraçaõ insensivel em hum dia natural, como pelo ventre em quinze dias. Consideremos agora, que dannos pòdem sobrevir de falta qualquer das evacuaçoens sensiveis, que cada dia move a natureza, para temermos os muitos incommodos, que pòdem nascer de se

con-

constipar a pelle, e de se impedir a sua transpiraçaõ, sendo certo que o que só por ella transpira, em hum dia, peza muito mais, do que quanto no mesmo dia se extrahe por todas as sensiveis evacuaçoens. E porisso devemos fazer sempre grande cautela, e pór muito cuidado em que a pelle se naõ constipe, e em que se franquee a sua transpiraçaõ; para o que sobre a prevençaõ de a trazer bem cuberta, he utilissimo o exercicio moderado, e repetido; porque attenùa, e adelgaça os humores, e abre os pòros da pelle, para que em forma de halitos, e vapores possaõ transpirar liberalmente por ella. E quem se sentir constipado, como succede em hum frio grande, havendo pouco reparo, accuda logo a abrir os póros, e facilitar a transpiracaõ impedida, antes de dar em algum dannio, que justamente se deve temer; para o que basta muitas vezes qualquèr tintura de flores de papoulas vermelhas, ou de carqueja, ou cozimento de cardo santo; usando no mesmo tempo de pediluvios quentes, que muitas vezes só elles bastaõ para abrir os pòros, e provocar suor.

4 A purgaçaõ do menstruo, que sendo ten pestiva, e bem regulada, conduz muito para boa saude das mulheres, depurando-se por ella o corpo, e purificando-se a massa do sangue das suas partes excrementosas, e inuteis, se se suprime, ou he deminuta, causa grandes dannos, assim agudos, como chronicos, com que este sexo padece muito; mas naõ padece menos se a purgaçaõ dos mezes he immoderada, porque se debilitaõ as forças, enfraquecemse as entranhas, e a massa sanguinaria, de que resultaõ hydropezias incuraveis.

5 Entre os Excretos, e Retentos numeraõ os Escritores a *materia seminal*, mas menos propriamente: porque nem ella he excremento, nem a sua excreçaõ he das evacuaçoens, que a natureza cada dia deva promover; de cuja retençaõ ordinariamente se-

naõ

naõ ſegue danno; porque ainda que algumas vezes ſe poſſa ſeguir, principalmente nos viuvos, e nos que de pois de diſſolutos ſe fizeraõ continentes; com tudo o mais frequente he naõ fazer danno a retençaõ de materia ſeminal; porque ella he huma porçaõ do chylo, que nas peſſoas continentes paſſa a nutrir outras partes; e naõ ſe retem nos vaſos ſeminaes, que faltando-lhe a ditta materia, ſeccaõ, e ſe fazem ineptos para as ſeminaçoens. Naõ negamos, que ha queixas hyſtericas, naſcidas de retençaõ, e corruptela da materia ſeminal; mas dizemos, que ſuccedem poucas vezes; e que commummente faz maior mal à nimia excreçaõ, como ſe obſerva nos comtinentes, e nos libidinoſos; ſendo certo, que eſtes padecem mais, que aquelles: porque com as frequentes excreçoens da materia ſeminal, ſe debilitaõ as entranhas, diſſipaõ-ſe os eſpiritos, enfraquece-ſe o genero nervoſo, e morrem os homens eſgotados, exhauſtos, e tiſicos dorſaes; o que naõ acontece na retençaõ.

CAPITULO VII.

Das Paixoens da alma.

1 AS Paixoens da alma ſaõ huns movimentos, e impulſos do animo, naſcidos da apprehenſaõ do bem, ou do mal, preſente, ou futuro. Da apprehenſaõ do bem proprio, e preſente, naſce a alegria, o goſto, e deleitaçaõ. Da apprehenſaõ do bem alheo, naſce a enveja, a malevolencia. Da apprehenſaõ do bem futuro, a eſperança, o amor. Da apprehenſaõ do mal preſente, a ira, a triſteza. Da apprehenſaõ do mal futuro, o medo, e a deſeſperaçaõ. Todas eſtas Paixoens tem taõ grande poder no corpo humano, que naõ ſó cauſaõ graviſſimos males, mas tambem mortes, e as vezes repentinas; de cujos caſos

ſos eſtaõ cheas as hiſtorias. Aſſim lemos, que Chilo, hum dos ſette Sabios Gregos, morrèo de goſto; abraçando hum filho ſeu vencedor nos jogos Olympicos; morte que tiveraõ tambem Crotoniates, e Eneto, recebendo a coroa de victorioſos nos meſmos jogos. Diagoras vendo coroados tres filhos em hum meſmo dia, o goſto, e contentamento o matou de repente. Philippide Comico vencendo em certame ſette Poetas, ſubitamente morreo de goſto. O Papa Leaõ X. ſabendo que os Francezes haviaõ reſtaurado a Cidade de Milaõ, foi taõ grande o goſto, que teve, que morrèo ſubitamente com elle. O famoſo pintor Zeuxis, depois de pintar huma velha, vendo a deformidede della, morrèo com goſto de haver feito aquella pintura; o que com eſta, e outras Paixoens da alma ſuccedeo a muitos. Nós vimos huma mulher taõ irada, que lhe rebentou o ſangue pela bocca, e dentro de meia hora exhalou a alma.

2 E naõ ha duvida, que as Paixoens do animo commovem muito os humores, alteraõ o ſangue, e os eſpiritos, e chegaõ a mudar a conſtituiçaõ, e temperamento do corpo, quando ſaõ exceſſivas, e continuadas. E huma das razoens porque os animaes, e os brutos, ſaõ ordinariamente taõ livres de achaques, que ſó padecem aquelle de que morrem, he porque comem, e dormem ſem Paixoens nem cuidados, que os afflijaõ, e lhes pervertaõ os cozimentos, e lhe interrompaõ o ſoccego. Entre todas, as principaes ſaõ a triſteza, o medo, a ira, e o goſto. A triſteza faz recolher ao interior do corpo o calor delle, o ſangue, e os eſpiritos; de que reſulta o impedirſe a tranſpiraçaõ inſenſivel pela peripheria do corpo, de que naſcem febres humoraes podres; e outros muitos dannos; e continuando a triſteza, debilita o calor natural, refrigera, e deſſecca o corpo, faz pallida a cor do roſto, e fi-

e finalmente vem a conseguir, e gastar os espiritos; e toda a valentia do corpo se vem a render à tyrania da morte.

3 O medo revoca subitamente ao coraçaõ o calor do corpo, ficando as partes externas, e extremas algidas, e pallidas, com tremores, e estridor dos dentes; a vós tremula, e interrupta, as pernas, e braços sem alentos para os movimentos, porque os espiritos se recolhèraõ com o calor, ao interior do corpo; e porisso mesmo, se o medo he grande, se solta o ventre, e a ourina, como se a bexiga, e os intestinos estivessem paralyticos, porque no recurso do calor, as desàmpàraõ os espiritos animaes, ficando laxas as fibras, e prevertendo o tenor dellas, que com os espiritos se conserva. E ultimamente no grande medo se acaba a vida, quando o recurso do sangue, e dos espiritos ao coraçaõ he tanto, e taõ impetuoso, que o suffoca, e mata de repente, como acontecèo a algumas pessoas ouvindo o estrondo de bombardas, e armas de fogo, que de medo acabàraõ a vida; e a outros, que havendo passado sem o saber por lagos, e rios gelados, constando-lhe de pois, morrèraõ de repente; cujas historias se pòdem ver em Petronio.

4 A ira se he grande, agita vehementissimamente o sangue, e os espiritos fazendo-o ferver, e inflammar; move, e aguça a colera; excita febres diarias; podres, e ardentes, e chega muitas vezes a offender a razaõ; o que principalmente faz em naturezas colericas, cujo sangue he mais apto para estes dannos; e causa mortes repentinas, como succedeo ao Emperador Nerva, que irando-se contra hum Regulo, a propria Paixaõ o matou de repente; e ao Emperador Valentino, que embravecendo-se contra os Sarmatas, à vehemencia da ira exhalou a alma; infortunio, que padeceo tambem Wencesláo Rey de Bohemia.

5 O gosto he entre as Paixoens da alma a unica, que

que conduz para conservaçaõ da saude; porque sendo moderado, faz com que o calor natural, os espiritos, e o sangue se diffundaõ a todo corpo, de que resulta grande vigor em todas as suas partes, e boa nutriçaõ, boa cor, e boa humectaçaõ em todo elle; porisso dizia o Sabio: *Animus gàudens ætatem floridam facit.* Porèm se o gosto he excessivo, exolve, e dissipa os espiritos de maneira, que causa huma syncope, e muitas vezes mata de repente, como já dissemos; o que principalmente succede nos velhos, nas mulheres, e em naturezas debilitadas.

6 Sendo pois certo, que as Paixoens da alma fazem tantos, e taõ graves dannos; os que forem estudiosos de conservar a saude, devem solicitar muito a tranquillidade do animo, resistindo à vehemencia daquellas affecçoens, desprezando toda a occasiaõ, e motivos, que possa excitallas; prevalecendo sobre todos os estimulos da Paixaõ os superiores poderes do entendimento, que tudo dominaõ. He verdade que muitas vezes saõ taes os casos, e taõ inopinados os successos, que naõ pòdem evitarse as Paixoens, nem prevenirse os soffrimentos, mas passado o primeiro impulso, o que pòdem fazer os homens, he divirtise com varios entretenimentos, ou empregos, que lhes moderem o sentimento; huns jogando, outros lendo, outros caçando, segundo as suas inclinaçoens, e todos conversando com pessoas de seu agrado, que nada diverte tanto, como a conversaçaõ de que se gosta, com a qual os pezares se moderaõ, e os trabalhos se aliviaõ:

Ibat Rex obsitus ævo,
Et comitem Æneam juxta, natumque tenebat, *Virg.8. Æneid.*
Ingrediens, varioque viam sermone levabat.

LAUS DEO.

SIquid fortaſſis Orthodoxæ Fidei, rectiſque diſſonum moribus in hoc opere reperiatur, indictum volumus; nimirum Eccleſiæ Catholicæ omnia correcturæ ſubjicimus.



INDICE
DAS COUSAS QUE SE CONTEM neste Livro.

A



B

C

D

E

F

G

H

I

L

Lin-

M

N

O

Pa-

P

Q

R

S

T

V

FINIS.

INDICE

DOS ACHAQUES PARA OS QUAES SE apontaõ remedios neſte Livro Ancora Medicinal.

A



B

C

Cezoens: Seo Remedio no fim deste, em Letra de mam.

D

E

Eſ-

F

G

H

I

L

Len-

M

N

O

P

Q

Rou-

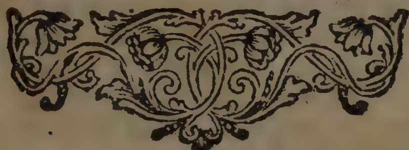
R

S

T

V

LAUS DEO.



ERRA-

ERRATAS MAIS NOTAVEIS.

Pag. 40. regra 9. humildade lea-se, *humidade*. Pag. 4. regra 23. uligens; lea-se *fuligens*. Pag. 61. regra 16. pontrs; lea-se *pontas*. Pag. 95. regra 17. vinage lea-se *vinagre*. Pag. 107. regra 17. mordura; lea-se, *mordedura*. Pag. 108. regra 25. saõ bons, lea-se, *saõ menos bons*. Pag. 123. regra 7. Applcado; lea-se *Applicado*. Pag. 136. regra 9. bandade lease *bondade*. Pag. 149. regra 8. uadaveis lea-se *saudaveis*. Pag. 161. regra 11. anteponho; lea-se, *anteponha*. Pag 176. regra 16. paaa lea-se *para*. Pag. 181. regra 25. adstrnge lease *adstringe*. Pag. 182. regra 21. como astem lea-se *como a tem*. Pag. 186. regra 1. excrenencias lea-se *excrescencias*. Pag. 187. regra 7. quexas maduras; lea-se, *queimaduras*. Pag. 201. regra 13. figabo, e oostruçoes lea-se *figado, e obstruçoes*. Pag. 204. regra 18. com, lea-se *como*. Pag. 205. regra ultima applicando-e, lea-se *applicando-o*. Pag. 207. regra. 1. te humida lea-se, *parte tumida*. Pag 212. regra penultima doste lea-se *deste*. Pag. 217. regra 17. grandes doalho lea-se *grandes utilidades do alho*. Pag. 235. regra 6. humanidade lea-se *humidade*. Pag. 240. regra 15. em ejudas lea-se, *em ajudas*. Pag. 240. regra 18. suavissi-mente; lea-se, *suavissimamente*. Pag. 241. regra 10. entidade, lea-se *utilidade*. Pag. 247. regra 12. colicas, lea-se *colericas*. Pag. 249. regra penultima trigas, e seccas lea-se *frias, e humidas*. Pag. 254. regra 27. cobir lea-se *cohibir*. Pag. 258. regra 12. endarceida lea-se *endurecida*. P. 258. regra 17. su use lea-se *se use*. Pag. 262. regra 28. caustus lea-se *causticos* Pag. 266. regra 26. procodem lea-se *procedem*. Pag. 267. a baxo do Capitulo lea-se. *dos Aromas*. Pag. 272. regra penultima comicho lea-se *comichoens*. Pag. 273. regra 12. ecomonica lea-se, *economia*. Pag. 278. regra 20. causas lea-se *cousas*. Pag. 285. regra 2. quondo lea-se *quando*. Pag. 286. regra 18. palatinamente lea-se *paulatinamente* Pag. 290. regra 25. cousa lea-se *causa*. Pag. 294. regra 2. pala lea-se *pela*. Pag. 297. regra 7. lypmhados lea-se *lymphados*.. Pag. 297. regra 19. rem lea-se *tem*. Pag. 302. regra 9. de de seu lea-se *de seu*. Pag. 303. regra 22. Neste lea-se *Nestes*. Pag. 303. regra 28. della lea-se *delle*. Pag. 306. regra 3. oha beber de beber lea-se *oha de beber*. Pag. 7. regra 6. ovio lea-se *ouzo* Pag. 317. regra 8. inteira lea-se *inteiras*. Pag. 323. regra 15. bebda lea-se. *bebeda* Pag. 344. regra 33. de falta lea-se *de faltar*.

Receita pª cezoẽs

Em hũa tigela de fogo vidrada, q̃ naõ te-
nha servido se lança meyo quartilho, ou
pouco mais de vinho bem tinto, ou branco,
e hũa maõ cheya de arruda machucada pº
em hũa almofaris, e assim se poem sobre bra-
zas vivas a mesma tigela em que se concerve
bem merguthada a arruda no dito vinho por
espaço de hum quarto de ora, ou o que for pre-
cizo até minguar metade do vinho, e depois
se tira para fora, côa-se o vinho por pano de
Linho pª separar-se delle a arruda, e de-
pois em hũa chicara com alguã parte do
dito vinho se desfaz 4. 5. ou 6 graons
de tartaro conforme o estado e Robustes do
doente, e assim desfeito se junta ao mais co-
zimento, e se toma este vomitorio de man-
haã como se costuma em todos os remedios
purgantes, e na mesma regularidᵉ. nem tem
outro Regimento. E quando com o primrᵒ.
senaõ extingaõ as cezoẽs se pode repetir
segundo com mediaçaõ de hum ou doix
dias, o que sempre se praticará, e ainda
a respeito da quantidᵉ. do tartaro por con-
selho de Medico; e porq̃ tambem pode es-
tar o doente em circunstancias de naõ tomar
vomitorios